



12月の献立



2020年 つくし保育園

曜	日	昼食	おやつ	おやつ おやつの材料名
月	14	ごはん 魚の香味ソースかけ 高野豆腐の煮物 みそ汁	スイートポテト	さつまいも 牛乳 ヨーグルト 砂糖 バター
火	15	幼児 カレーライス ひじきサラダ 乳児 ごはん トマトシチュー ひじきサラダ	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
水	16	ごはん 魚の竜田揚げ 酢の物 みそ汁	みたらし団子 いりこ	豆腐 上新粉 砂糖 醤油 きな粉 煮干し
木	17	ごはん 豚肉と南瓜の味噌煮 白菜のお浸し すまし汁	マーマレードケーキ プルーン	小麦粉 砂糖 卵 バター 油 マーマレード B.P プルーン
金	18	ごはん 魚のつけ焼き 根菜のそぼろ煮 みそ汁	小豆入りおはぎ こんぶ	米 もち米 小豆 砂糖 塩 きな粉 こんぶ
土	5 クリスマス 礼拝	ごはん 八宝菜 みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
月	7 21	じゃこ入りあけぼのごはん 豆腐とひき肉の蒸し物 みそ汁	マーラーカオ	米粉 砂糖 油 醤油 練りごま 牛乳 レーズン B.P B.S
火	8 22	ごはん 鶏の照り焼き 南瓜サラダ 野菜スープ	8日 ロッククッキー 22日 ホットケーキ	小麦粉 バター 砂糖 B.P 卵 レーズン ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 メープルシロップ いちご みかん缶 生クリーム
水	9 23	ごはん 煮魚 小松菜と油揚げのおじゃこごま和え みそ汁	ゆかりおにぎり 煮豆	米 塩 手作りゆかり 焼きのり 豆 砂糖 醤油
木	10 24	ごはん すき焼き風煮物 切干大根の梅和え みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
金	11 25	ごはん 魚の塩焼き 大根と厚揚げの煮物 みそ汁	焼きコロッケ	じゃが芋 豚ミンチ 玉ねぎ 塩 油 パン粉
土	12 26	ごはん 豚肉の生姜焼き みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し

※ 入荷した魚によって調理法が変わることがあります
 ※ 魚のつけ焼きの献立の日、乳児クラスは、みりんを使いません

