



# 12月の献立



2022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	12月26日	ごはん 魚のつけ焼き おでん風煮物 みそ汁	小豆入りおはぎ こんぶ	米 もち米 小豆 砂糖 きな粉 塩 こんぶ
火	12月27日	幼児 ハヤシライス 白菜とりんごのサラダ 乳児 ごはん・トマトシチュー 白菜とりんごのサラダ	さつま芋の メープルシロップかけ	さつま芋 メープルシロップ 油
水	12月14日	ごはん 煮魚 おかか和え 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
木	12月15日	ごはん 豚肉と野菜の山芋焼き 煮びたし みそ汁	米粉の黒糖ごまケーキ プルーン	米粉 ごま 片栗粉 B・p 豆乳 油 黒砂糖 砂糖 塩 プルーン
金	12月16日	ごはん 魚のチャンチャン焼き ひじきサラダ すまし汁	サンドウィッチ	食パン チーズ ジャム
土	12月3日 クリスマス マスカ ス礼拝	ごはん 鶏肉とさつま芋の煮物 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	12月19日	ごはん 魚の塩焼き 高野豆腐のそぼろあんかけ みそ汁	マーラーカオ	米粉 砂糖 豆乳 醤油 サラダ油 練りごま B・P B・S 干しぶどう
火	12月20日	ごはん 肉大根 白菜とわかめの酢の物 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
水	12月21日	ごはん・人参フライ 魚の竜田揚げ カブとレンコンの甘酢 みそ汁	米粉のお好み焼き	米粉 豚肉 キャベツ 山芋 出し鰹 醤油 干しエビ ケチャップ ソース 花かつお 青のり
木	12月22日	ごはん 豆腐とひき肉の蒸し物 ごま和え みそ汁	あけぼのごはんの おにぎり いりこ	米 にんじん 青菜 塩 焼きのり 煮干し
金	12月23日	ごはん 鶏の照り焼き ポテトサラダ 野菜スープ	9日 ママレードケーキ 23日 ホットケーキ	小麦粉 卵 バター 砂糖 B・p 油 ママレード 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 みかん田 豆乳クリーム
土	12月24日	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

※ すみれ・ゆりクラスは、みりんをしません

