

令和2年12月の献立予定表

なるにっこ認定こども園
泉南市健康子ども部保育子ども課

日	曜	献立名	食品名	3時の間食
1 15	火	ヘルシーミートローフ・付け合わせ おかかかえ・味噌汁	(豚挽肉、木綿豆腐、たまねぎ、パン粉、豆乳、ケチャップ)(ブロッコリー) (白菜、にんじん、かつお節)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、小松菜、味噌)	菓子 牛乳
2 16	水	ぶり大根 白和え・味噌汁	(ぶり、だいこん、土しょうが) <さつまいも、小麦粉、黒砂糖> (木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、すりごま)(なめこ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、わかめ、味噌)	利休まんじゅう 牛乳
3 17	木	チキン南蛮・温キャベツ かぼちゃのそぼろあん・春雨スープ	(鶏肉、片栗粉、たまねぎ、コーンドレッシング)(キャベツ) (かぼちゃ、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉)(春雨、たまねぎ、白菜、にんじん、椎茸)	ヨーグルト 菓子
4 18	金	煮魚・味噌汁 れんこんのカレー炒め	(赤魚)(さつまいも、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれん草、味噌) (れんこん、カリフラワー、エリンギ、カレー粉) <ごはん、鶏肉、ごぼう、にんじん>	鶏飯おにぎり お茶
5 19	土	中華風丼 煮浸し・すまし汁	(豚肉、白菜、たまねぎ、にんじん、椎茸、チンゲン菜、片栗粉) (キャベツ、にんじん)(だいこん、たまねぎ、にんじん、ねぎ)	菓子 牛乳
7 21	月	豆腐チャンプルー にんじんしりしり・味噌汁	(木綿豆腐、豚肉、もやし、にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、かつお節) <強力粉、プレーンヨーグルト> (にんじん、ニラ、鶏ささみ)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、味噌)	ヨーグルトパン 牛乳
8 22	火	オランダ揚げ・温キャベツ ふうふき大根・もずくスープ	(赤魚、にんじん、たまねぎ、ピーマン、小麦粉)(キャベツ) (だいこん、豚挽肉、味噌)(もずく、たまねぎ、にんじん、ほうれん草)	国産ももゼリー 菓子
9 23	水	鶏の五目煮 ひじきの炒り煮・味噌汁	(鶏肉、ごぼう、厚揚げ、にんじん、椎茸、じゃがいも) <小麦粉、豆乳、きな粉> (ひじき、にんじん、糸こんにゃく、ピーマン)(かぼちゃ、たまねぎ、白菜、小松菜、味噌)	きなこ蒸しパン 牛乳
10	木	鮭のホイル焼き ゆかりかえ・味噌汁	(生鮭、しめじ、えのき、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、もやし) <ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、純ココア> (白菜、きゅうり、にんじん、ゆかり)(豆腐、たまねぎ、だいこん、にんじん、油揚げ、味噌)	手作りスコーン 牛乳
24	木	ケチャップライス ハンバーグ・付け合わせ コーンスープ・果物	(にんじん、たまねぎ、コーン缶、ケチャップ) <ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、純ココア> (もみの木ハンバーグ)(じゃがいも、ブロッコリー、にんじん、ウインナー) (コーンクリーム缶、にんじん、ピーマン)(みかん)	手作りスコーン 牛乳
11 25	金	かぼちゃグラタン もみ漬け・味噌汁	(かぼちゃ、豚挽肉、たまねぎ、ほうれん草、マカロニ、ブロッコリー、シチュールウ) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(さといも、たまねぎ、にんじん、わかめ、味噌) 25日のみ<ホットケーキミックス、豆乳、生クリーム、純ココア、いちごジャム>	11日菓子・飲むヨーグルト 25日手作りクリスマスケーキ りんごジュース
12 26	土	レタス炒飯 野菜スープ・果物	(豚挽肉、レタス、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ねぎ) (さつまいも、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜)(国産りんご)	菓子 牛乳
14	月	カレーライス コールスロー・果物	(豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カレールウ) <高野豆腐、片栗粉> (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コーンドレッシング)(みかん)	高野豆腐から揚げ 牛乳
28	月	カレーライス コールスロー・ゼリー	(豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カレールウ) (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コーンドレッシング)(国産みかんゼリー)	菓子 牛乳