

令和4年12月の献立予定表

なるにつこ認定こども園
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	木	鮭フライ・温キャベツ もみ漬け・味噌汁	(生鮭、パン粉)(キャベツ) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(さつまいも、たまねぎ、にんじん、油揚げ、味噌)	菓子 牛乳
2 16	金	しじゆーしー・豆腐チャンプルー にんじんしりしり・味噌汁	(豚肉、刻みこんぶ、にんじん、椎茸)(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) (にんじん、豆苗、鶏ささみ)(もずく、たまねぎ、ほうれん草、味噌)(さつまいも、マーガリン)	スイートポテト 牛乳
3 17	土	チキンピラフ 野菜スープ・果物	(鶏肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン缶) (かぼちゃ、たまねぎ、レタス、ねぎ)(国産りんご)	菓子 牛乳
5 19	月	鯖の竜田揚げ・温キャベツ ひじきの炒り煮・味噌汁	(生鯖、土しよが、片栗粉)(キャベツ)(ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、純ココア、ブリッツ、いちごジャム) (ひじき、にんじん、糸こんにゃく、ピーマン、油揚げ)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、椎茸、小松菜、味噌)	手作りスコーン 牛乳
6 20	火	麻婆豆腐丼 甘酢和え・中華スープ	(木綿豆腐、豚挽肉、ニラ、生しいたけ、土しよが、たまねぎ、ケチャップ、赤味噌、片栗粉) (春雨、きゅうり、にんじん)(白菜、たまねぎ、にんじん、もやし、チンゲン菜)(強力粉、プレーンヨーグルト、マーガリン)	ヨーグルトパン 牛乳
7 21	水	煮魚・味噌汁 かぼちゃのそぼろあん	(赤魚)(キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、ほうれん草、味噌) (かぼちゃ、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、土しよが、片栗粉)	菓子 牛乳
8 22	木	ほうとう きんぴらごぼう・果物	(ほうとう麺、かぼちゃ、さといも、豚肉、だいこん、にんじん、椎茸、油揚げ、ねぎ、味噌) (ごぼう、にんじん、ピーマン、糸こんにゃく)(バナナ)(ごはん、キャベツ、ねぎ、かつお節、青のり)	たこやきおにぎり お茶
9	金	チキン南蛮・温キャベツ ゆかり和え・味噌汁	(鶏肉、片栗粉、たまねぎ、コーンクリームドレッシング)(キャベツ)(国産りんご) (もやし、きゅうり、にんじん、ゆかり)(さつまいも、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜、味噌)	果物・菓子 牛乳
23	金	ケチャップライス もみの木ハンバーグ・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、豆乳、マーガリン、生クリーム、いちごジャム、純ココア、抹茶パウダー) (もみの木ハンバーグ)(じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、ウインナー) (コーンクリーム缶、にんじん、ピーマン)(みかん)	クリスマスケーキ りんごジュース
10 24	土	豚丼 煮浸し・すまし汁	(豚肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ) (白菜、にんじん)(だいこん、たまねぎ、にんじん、えのき、わかめ)	菓子 牛乳
12 26	月	田舎煮 おかか和え・味噌汁	(鶏肉、さといも、だいこん、にんじん、れんこん、椎茸)(小麦粉、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、春雨、ケチャップ、片栗粉) (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)	ピロシキ 牛乳
13 27	火	鯖の梅煮・味噌汁 ふろふきだいこん	(生鯖、土しよが、うめびしお)(豆腐、たまねぎ、にんじん、油揚げ、ほうれん草、味噌) (だいこん、豚挽肉、味噌) (小麦粉、豆乳、りんご)	りんご蒸しパン 牛乳
14	水	キャベツのメンチカツ・付け合わせ ごま和え・味噌汁	(キャベツ、豚挽肉、パン粉)(ブロッコリー) (小松菜、きゅうり、にんじん、すりごま)(なめこ、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、味噌)	菓子 飲むヨーグルト
28	水	カレーライス コールスロー	(鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、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、コールスロードレッシング)	菓子 牛乳