

週間献立表

かつしか風の子保育園

時間帯	2023/12/11・25 月	2023/12/12・26 火	2023/12/13・27 水	2023/12/14・28 木	2023/12/15 金	2023/12/16 土
午前 おやつ	【牛乳】 牛乳 【ブドウパン】 ぶどうパン	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【バナナ】 バナナ	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】
昼 食	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【たらの西京焼き】 たら 米みそ きび糖 みりん 酒 【ほうれん草の白和え】 にんじん ほうれん草 もやし 絹ごし豆腐 すりごま きび糖 米みそ しょうゆ 【豚汁】 なたね油 豚肉(ばら) にんじん だいこん ごぼう ねぎ 米みそ(甘みそ) かつお・昆布だし汁	【冬野菜の塩麹うどん】 ゆでうどん はくさい かぶ かぶ・葉 さといも 油揚げ しいたけ 豚肉(もも) かつお・昆布だし汁 食塩 しょうゆ 【豆腐のかわり揚げ】 木綿豆腐 にんじん ねぎ ツナ油漬缶 食塩 しょうゆ 酒 やまといも 片栗粉 油 【きゅうりとわかめの酢の物】 きゅうり 生わかめ しらす干し きび糖 しょうゆ 酢 食塩	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【鮭のポテト焼き】 さけ 食塩 こしょう じゃがいも 水 なたね油 食塩 あおのり 【ブロッコリーのごまマヨサラダ】 ブロッコリー にんじん コーン きび糖 食塩 豆乳マヨネーズ(卵不使用) すりごま 【キャベツのスープ】 キャベツ にんじん もやし コンソメ 食塩	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【牛肉とピーマンの細切り炒め】 牛肉(肩ロース) 酒 しょうゆ しょうが 片栗粉 油 ピーマン たけのこ 油 食塩 こしょう きび糖 しょうゆ 【白菜の和風サラダ】 はくさい きゅうり もやし にんじん ハム しょうゆ 酢 かつお節 【大根の味噌汁】 煮干だし汁 だいこん こまつな 油揚げ 米みそ	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【ぶりの照り焼き】 ぶり しょうゆ 本みりん きび糖 酒 【かぼちゃのいとこ煮】 かぼちゃ あずき(ゆで) 食塩 【五目味噌汁】 煮干だし汁 にんじん はくさい しいたけ こまつな 油揚げ 米みそ	【チキンピラフ】 米 鶏もも肉 にんじん たまねぎ 油 食塩 コンソメ パセリ 【さつま芋のジャーマンポテト】 さつまいも たまねぎ ピーマン ベーコン 油 食塩 【ポトフ】 ベーコン かぶ かぶ・葉 じゃがいも にんじん コンソメ 食塩
	午後 おやつ	【牛乳】 牛乳 【メロンパン風クッキー】 ホットケーキ粉 きび糖 油 バニラエッセンス 豆乳 きび糖 【りんご】 りんご	【牛乳】 牛乳 【カレー味のお焼き】 七分つき米 カレー粉 鶏ひき肉 たまねぎ 食塩 小麦粉 【みかん】 みかん	【牛乳】 牛乳 【大根もち】 切り干しだいこん だいこん 焼きのり 上新粉 片栗粉 食塩 しょうゆ ごま油 酢 【バナナ】 バナナ	【牛乳】 牛乳 【さつま芋のあま焼き】 さつまいも 豆乳マーガリン きび糖 【りんご】 りんご	【バナナホットケーキ】 ホットケーキ粉 バナナ 豆乳 メープルシロップ 【みかん】 みかん 1日 【牛乳】 牛乳 【手作りせんべい】 米 もち米 ごま しょうゆ かつお節 ごま油 【みかん】 みかん

週間献立表

時間帯	2023/12/4・18 月	2023/12/5・19 火	2023/12/6・20 水	2023/12/7・21 木	2023/12/8・22 金	2023/12/9・23 土
午前おやつ	【牛乳】 牛乳 【ブドウパン】 ぶどうパン	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【バナナ】 バナナ	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】
昼食	【大根ごはん】 七分つき米 こんぶ(だし用) だいこん 油揚げ 酒 食塩 しょうゆ きび糖 【かれのいの照り焼き】 かれい しょうゆ 本みりん きび糖 酒 【小松菜ともやしのナムル】 こまつな にんじん もやし ごま油 しょうゆ 食塩 ごま 【白菜の味噌汁】 煮干だし汁 はくさい たまねぎ しめじ 米みそ	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【みそかつ】 鶏もも肉(皮付き) 食塩 小麦粉 パン粉 油 淡色みそ きび糖 酒 【キャベツとわかめの酢の物】 キャベツ きゅうり 生わかめ きび糖 しょうゆ 酢 食塩 【沢煮椀】 かつお・昆布だし汁 ごぼう にんじん だいこん 豚肉(もも) ねぎ 食塩 しょうゆ 片栗粉	【さつま芋ごはん】 七分つき米 さつまいも 酒 食塩 【焼き鯖のおろしがけ】 さば 食塩 だいこん かつお・昆布だし汁 しょうゆ きび糖 酒 【五目きんぴら】 ごぼう にんじん れんこん しらたき 豚ひき肉 いんげん 油 しょうゆ きび糖 ごま 【なめこ汁】 煮干だし汁 たまねぎ なめこ 絹ごし豆腐 米みそ	7日(木) 【(虹)わかめ御飯】 米 炊き込みわかめ 【(森)白パン】 食パン 21「(木) 【(虹)わかめ御飯】 米 7・21(木) 【チリコンカーン】 なたね油 にんにく 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいず水煮缶詰 じゃがいも カレー粉 ホールトマト缶詰 ケチャップ コンソメ 食塩 きび糖 【キャベツとりんごのサラダ】 キャベツ りんご ツナ水煮缶 コーン缶 酢 油 きび糖 食塩 【根菜スープ】 ごぼう にんじん だいこん さといも 鶏もも肉 コンソメ 食塩	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【石狩煮】 さけ さといも 生揚げ ごぼう にんじん かつお・昆布だし汁 米みそ しょうゆ きび糖 【白菜のおかかごま和え】 はくさい きゅうり にんじん きび糖 しょうゆ すりごま かつお節 【青菜と麩のすまし汁】 かつお・昆布だし汁 たまねぎ 焼ふ(板ふ) こまつな しょうゆ 食塩	【あんかけうどん】 ゆでうどん かつお・昆布だし汁 豚肉(ばら) にんじん はくさい ねぎ みりん しょうゆ 片栗粉 【南瓜のそぼろ煮】 豚ひき肉 かぼちゃ 酒 本みりん きび糖 しょうゆ 片栗粉 【スティックきゅうり】 きゅうり 食塩
午後おやつ	【牛乳】 牛乳 【ごまドーナツ】 ホットケーキ粉 木綿豆腐 黒ごま きび糖 なたね油 【りんご】 りんご	【牛乳】 牛乳 【ぶどうパンのシュガーラスク】 ぶどうパン きび糖 豆乳マーガリン 【みかん】 みかん	【牛乳】 牛乳 【りんごのショートブレッド】 小麦粉 豆乳マーガリン きび糖 りんごジャム 豆乳 【バナナ】 バナナ	【牛乳】 牛乳 【焼きじゃこおにぎり】 米 なたね油 かつお節 しらす干し しょうゆ 本みりん 【みかん】 みかん	【牛乳】 牛乳 【れんこんチップ】 れんこん 油 【りんご】 りんご	【牛乳】 牛乳 【鮭おにぎり】 七分つき米 さけ 焼きのり 【みかん】 みかん