












★ 12月 かえで・ひよこ 献立表 ★

	1 金	2 土	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金
<p>■チキンカレー 米とりにく メークイン たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ■大根サラダ だいこん にんじん 殺物酢 さとう 濃口しょうゆ</p> 	<p>■中華丼 米ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん しいたけ かまぼこ キャノーラ油 濃口しょうゆ 鶏がらスープ かたくり粉 ■ブロッコリー ブロッコリー にんじん ごま油 殺物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ</p>	<p>■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや きりしお ■キャノーラ油 濃口しょうゆ ■みそしる きわめつ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉のボン酢炒め ぶたにく たまねぎ しょうゆ かたくり粉 ポンス さとう ■キャノーラ油 もやし ■オクラの和え物 オクラ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる だいこん あけ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ しょうが かたくり粉 こめ粉 ■キャノーラ油 もやし ■オクラの和え物 オクラ にんじん 殺物酢 濃口しょうゆ さとう ■みそしる だいこん あけ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■みそうどん うどん とりにく はくさい にんじん えのき 青ねぎ 削りぶし ■だし昆布 みりん ■インゲンのごま和え インゲン にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま</p>	<p>■ポークカレー 米ぶたにく メークイン たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ■マカロニ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ</p>	<p>■鶏のすき焼き風丼 米とりにく 秋鮭 しお ■がんとん がんとん きゅうり にんじん 濃口しょうゆ さとう ■小松菜の和え物 小松菜 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば ■秋鮭 しお ■がんとん がんとん きゅうり にんじん 濃口しょうゆ さとう ■オクラのおかか和え オクラ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる きわめつ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる 白ごま ■みそしる わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ナポリタン スパゲティ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう ■キャノーラ油 しお ■キャノーラ油 ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる だいこん ブロッコリー にんじん ウインナー ■ウインナー しお</p>	<p>■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん きゅうり キャノーラ油 カレーパウダー ■キャノーラ油 コーン コーン たまねぎ きゅうり マヨネーズ</p>		
<p>10時 ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>

	16 土	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	23 土	25 月	26 火	27 水	28 木
<p>■豚丼 米ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■カリフラワーのポンス和え カリフラワー にんじん ポンス ■みそしる わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鯖の生姜煮 さば 濃口しょうゆ しょうが ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 濃口しょうゆ さとう ■みそしる わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■チキンチャップ とりにく たまねぎ マッシュルーム缶 ケチャップ さとう ■キャノーラ油 ジャーマンポテト メークイン たまねぎ ウインナー キャノーラ油 しお ■スー にんじん たまねぎ ■パイ しお</p> 	<p>■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醬油炒め ぶたにく たまねぎ プロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■キャノーラ油 ひじき にんじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう ■みそしる えのき きわめつ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし さとう 濃口しょうゆ さとう ■みそしる えのき きわめつ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■★冬至献立★ ■パンチンカレーライス 米とりにく かぼちゃ たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ■スパゲティ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお</p> 	<p>■豚肉の生姜焼き丼 米ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう しょうが ■キャノーラ油 さいやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■★クリスマス献立★ ■洋風ピラフ 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ケチャップ ■パイ パイ ■ソース ソース ■マヨネーズ マヨネーズ ■みそしる わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■たら たら 濃口しょうゆ さとう ■もやし もやし ■オクラの和え物 オクラ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる きわめつ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 オクラの胡麻和え オクラ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる 白ごま さとう 濃口しょうゆ ■すまし汁 とうふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■やきそば 小麦中華めん ぶたにく きわめつ きぬさや にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■黒だくさん味噌汁 さつまいも だいこん にんじん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	
<p>10時 ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■ブルーベリージャムサンド ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■高野とうふ 高野とうふ ■ココア ココア ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー 抹茶クッキー ■抹茶缶 抹茶缶 ■マーガリン マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■おなかおにぎり おなかおにぎり ■米 米 ■かつおぶし かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■お茶 ほうじ茶</p> 	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■クリスマスケーキ クリスマスケーキ ■こめ粉 こめ粉 ■かたくり粉 かたくり粉 ■ココア ココア ■マーガリン マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■きなこクッキー きなこクッキー ■こめ粉 こめ粉 ■マーガリン マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■おなかおにぎり おなかおにぎり ■米 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶</p>	