

★ 12月 かえで・ひよこ 献立表 ★

1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	15 月
■ごはん 米 ■鶏の塩こうじ焼き とりにく 塩こうじ ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる きよわめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ きよわめ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■おかずのおかか和え おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■すまし汁 にんじん あぶらあげ みりん風 濃口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■チキンチャップ とりにく たまねぎ しめじ ケチャップ さとう しお ■キャノーラ油 ■ジャーマンポテト じゃがいも たまねぎ ウイナー キャノーラ油 しお ■ブイヨン ■スープ きよわめ ブイヨン しお	■みそうどん うどん とりにく たまねぎ にんじん しめじ 青ねぎ みそ 削りぶし だし昆布 みりん風 にんじん さやいんげん 濃口しょうゆ さとう 白こま 	■ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ブイヨン ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお	■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 ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる きよわめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■鶏の西京焼き とりにく しお 甘みそ さとう ■がんとどき にんじん さやいんげん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる きよわめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく 濃口しょうゆ さとう ■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 白こま ■すまし汁 にんじん あぶらあげ みりん風 濃口しょうゆ しお ■みそしる きよわめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醤油炒め ぶたにく たまねぎ にんじん ピーマン ケチャップ さとう しお ■キャノーラ油 ■もやしナムル もやし にんじん 乾燥わかめ 濃口しょうゆ さとう ■みそしる きよわめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■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 ケチャップ さとう ブイヨン しお ■キャノーラ油 ■ミニポテト だいこん ブロッコリー にんじん ウイナー ブイヨン しお	■チキンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 ブイヨン ■ブイヨンサラダ コーン たまねぎ きよわめ マヨネーズ 	■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく たまねぎ 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■みそしる だいこん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	
■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■ポップコーン (きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■高野豆腐のコンポート 高野豆腐 さとう ココア とうにゅう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■セサミクッキー こむぎ粉 マーガリン 黒ごま しお ■牛乳 牛乳	■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 (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■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	■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 (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■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 (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■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 (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ポプコーン (ココア) ポプコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ポプコーン (ココア) ポプコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ポプコーン (ココア) ポプコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	
■ごはん 米 ■豚肉のボン酢炒め ぶたにく たまねぎ きよわめ にんじん ポンス さとう しお ■キャノーラ油 ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 乾燥わかめ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる きよわめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■白身魚のみぞれかけ ばさ かたくり粉 キャノーラ油 だいこん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし だし昆布 しお ■ひじき煮 にんじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる きよわめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■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 きよわめ 青ねぎ みそ 削りぶし しお ■キャノーラ油 ■小松菜の和え物 小松菜 濃口しょうゆ さとう みりん風 にんじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■野菜炒め きよわめ さやいんげん にんじん キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ	■ドライカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 しお カレー粉 ブイヨン パセリ缶 ■フルーツ (カクテル缶) きよわめ マーガリン マヨネーズ ■スープ たまねぎ にんじん ブイヨン しお	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ にんじん きぬさや キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう ■南蛮の煮物 なんきん きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■すまし汁 にんじん はくさい 濃口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	■★冬至献立★ ■ごはん 米 ■たらこの煮付け たらこ しょうゆ 濃口しょうゆ さとう ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬさや 削りぶし ■すまし汁 にんじん はくさい 濃口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん ピーマン ケチャップ さとう しお ■キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬさや 削りぶし ■すまし汁 にんじん はくさい 濃口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし 	■★クリスマス献立★ ■洋風ビラフ 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン ケチャップ さとう ブイヨン しお ■マーガリン ■ローストチキン とり 濃口しょうゆ さとう ■おくら おくら にんじん 白こま さとう 濃口しょうゆ しお ■たまねぎ ブイヨン しお 	■やきそば 小窓中華めん ぶたにく きよわめ きぬさや にんじん キャノーラ油 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■具だくさん味噌汁 だいこん あぶらあげ こぼろ にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレーパウダー ブイヨン しお ■マカロニ マカロニ きよわめ にんじん マヨネーズ	■中華丼 米 ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう 鶏がらスープ かたくり粉 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 乾燥わかめ 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ きよわめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ 		
■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー こむぎ粉 抹茶 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■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 (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■おかしおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■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 ■もも缶 ■牛乳 牛乳	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■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	■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 (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■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 ■クリスマスケーキ ホットケーキミックス マーガリン ベーキングパウダー さとう キャノーラ油 豆乳ホイップ さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■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 (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ポプコーン (ココア) ポプコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ポプコーン (ココア) ポプコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ポプコーン (ココア) ポプコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	