

# 12月のこんだてひょう

ご飯の日はご家庭のご飯、パン給食は園のパンです。

2日	月	ご飯	豚肉の生姜焼き コールスローサラダ なすのみそ汁 牛乳・かみかみ昆布	豚肉・生姜・キャベツ・人参・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・コーン なす・油揚げ・白ねぎ 牛乳・昆布	
3日	火	ご飯	ハヤシライス ポテトサラダ 牛乳 果物(バナナ)	牛肉・玉ねぎ・グリーンピース きゅうり・人参・じゃがいも・玉ねぎ・マヨネーズ 牛乳 バナナ	みんなでクッキングでは、「大根葉のおやき」を作りま
4日	水	ご飯	ぶり大根 スタミナ納豆 春雨スープ プリン	ぶり・大根・生姜 鶏ミンチ・生姜・にんにく・納豆・小ねぎ ベーコン・春雨・人参・玉ねぎ・干しいたけ・白菜 プリン	
6日	金	食パン	焼きそば ウィンナー コンソメスープ チョコクリーム・ミニジュース	豚肉・人参・もやし・キャベツ・玉ねぎ・かまぼこ・焼きそば麺 ウィンナー ベーコン・玉ねぎ・人参・ドライパセリ チョコクリーム・オレンジジュース	
9日	月	ご飯	鶏肉と大根の煮物 スパゲッティサラダ かき玉汁 一口チーズ	鶏肉・大根 ロースハム・スパゲティ・きゅうり・人参・マヨネーズ かまぼこ・人参・玉ねぎ・玉子・小ねぎ チーズ	
10日	火	ご飯	ハンバーグ マカロニサラダ わかめスープ プチケーキ	合挽きミンチ・玉ねぎ・パン粉・牛乳・玉子 ロースハム・マカロニ・きゅうり・人参・コーン・マヨネーズ わかめ・玉ねぎ・えのき・人参 ミルクレープ	
11日	水	ご飯	鶏のもも煮 キャベツとツナの中華サラダ もずくスープ カップヨーグルト	鶏肉・ごま シーチキン・キャベツ・人参・コーン もずく・ふ・小ねぎ ヨーグルト	
13日	金	食パン	野菜たっぷりシチュー ほうれん草のソテー ミニゼリー	鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・コーン・牛乳・生クリーム ベーコン・ほうれん草・人参・コーン・バター ミニゼリー	
16日	月	ご飯	さばのごま煮 和風サラダ 具たくさん味噌汁 果物(りんご)	さば・生姜・すりごま かにかま・きゅうり・人参・わかめ・キャベツ 豆腐・油揚げ・玉ねぎ・人参・しめじ・えのき・白ねぎ・里芋 りんご	
17日	火	ご飯	なす入り麻婆豆腐 野菜炒め 牛乳 あべかわマカロニ	合挽きミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・生姜・なす 豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・桜えび 牛乳 マカロニ・きな粉	
18日	水	ご飯 少なめ	ちゃんぽん レンコンのきんぴら 牛乳 果物(小みかん)	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・天ぷら・かまぼこ・もやし・人参・きくらげ・ちゃんぽん麺 レンコン・人参・ごぼう・こんにゃく・ごま 牛乳 小みかん	

