様式F106

はいしゃさんの保育園(一般)

2020年12月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 ソイジュース、ビスケット	2 牛乳、ビスケット	3 ソイジュース、ビスケット	4 牛乳、ビスケット	5 牛乳、ビスケット
昼食		御飯、すまし汁（豆腐・だいこん）、焼きさばのカレーあんかけ、みかんサラダ	御飯、豆乳コーン汁（はくさい）、鶏肉と昆布の炒め煮（にんじん）、蒸し野菜	御飯、みそ汁（さといも・なす）、白身魚のカリカリフライ、野菜のおかか和え、みかん	御飯（麦入り）、じゃがいもの中華スープ、厚揚げの炒め物、小松菜のしらすサラダ（キャベツ）	カレーうどん、キウイフルーツ
午後		牛乳、お好みマカロニ	牛乳、ミニパン	牛乳、こまつな蒸しパン	牛乳、おやつ小魚（ごま）、蒸し芋	牛乳、わかめ御飯
午前	7 牛乳、ビスケット	8 ソイジュース、ビスケット	9 牛乳、ビスケット	10 ソイジュース、ビスケット	11 牛乳、ビスケット	12 牛乳、ビスケット
昼食	中華丼（はくさい）、豆腐スープ（わかめ）、ほうれん草とささみの酢和え、みかん	御飯、押し麦のスープ（鶏・キャベツ）、たらのさっぱり甘酢ソース、焼きかぼちゃ、りんご	御飯、ふりかけ・じゃこ（ねぎ）、みそ汁（納豆・なす）、肉団子と野菜のホクホク煮、さつま芋のレモン煮	御飯、みそ汁（たまねぎ・チンゲン菜）、さけのサラダ焼き、さつまいもきんぴら、みかん	菜飯（小松菜）、みそ汁（かぼちゃ・ねぎ）、鶏肉のコーンフライ、れんこんのマリネ	豚肉の甘みそ丼、みかん
午後	牛乳、チヂミ（豆腐・小松菜・ごま）	牛乳、おから焼きドーナツ	牛乳、フレンチトースト	牛乳、野菜もち（かぼちゃ）	牛乳、誕生日おやつ	牛乳、おにぎり（昆布）
午前	14 牛乳、ビスケット	15 ソイジュース、ビスケット	16 牛乳、ビスケット	17 ソイジュース、ビスケット	18 牛乳、ビスケット	19 牛乳、ビスケット
昼食	さけとひじきの混ぜごはん、豆腐旨煮椀（はくさい）、磯辺さつまいも、みかん	御飯、豆腐みそ汁（こまつな・ねぎ）、肉じゃが（豚肉）、蒸し野菜のサラダ	御飯、豆乳汁（野菜）、むね肉の胡麻ソースからめ、ゆで野菜（キャベツ・ブロッコリー）	御飯、みそ汁（だいこん・たまねぎ）、白身魚の香り蒸し（チンゲン菜）、卯の花（人参・鶏ひき肉）、バナナ	ハリハリわかめ御飯、マーボー豆腐風、もやしとほうれん草のごま和え、フルーツカクテル（キウイ・もも缶）	とん汁うどん、キウイフルーツ
午後	牛乳、かぼちゃのタルト	牛乳、おやつ・チャーハン（しらす・ひじき）	牛乳、ミニパン	牛乳、きな粉おはぎ	牛乳、誕生日おやつ	牛乳、ゆかり御飯
午前	21 牛乳、ビスケット	22 ソイジュース、ビスケット	23 牛乳、ビスケット	24 ソイジュース、ビスケット	25 牛乳、ビスケット	26 牛乳、ビスケット
昼食	御飯、かぼちゃ汁、たらの磯辺焼き、切干大根の旨煮、みかん	クリームライス、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	具だくさん御飯、鶏肉のすき焼き風煮物、ベイクドさつまいも	御飯、みそ汁（さつまいも・ねぎ）、さわらの五目とろみ煮、きゅうりの和え物、りんご	御飯（麦入り）、野菜スープ（キャベツ・たまねぎ）、クリスマス・トナカイバーグ、マッシュポテト、フルーツ（	ミートスパゲティー、バナナ
午後	牛乳、お好み焼き風ポテト	牛乳、にんじんおやき	牛乳、きな粉パン	牛乳、スイートポテト（米粉・ごま）	牛乳、クリスマスケーキ	牛乳、わかめ御飯
午前	28 牛乳、ビスケット	29 牛乳、ビスケット	30	31		
昼食	うまみ豆ごはん、五目汁（さといも・だいこん）、さけの塩焼き、白菜とほうれん草の塩ごま和え、バナナ	ドライカレー(厚揚げ）、切干大根のサラダ（しらす干し）、みかん				
午後	牛乳、マカロニきな粉	牛乳、雑炊				