

令和4年度 12月 献立表 岡崎幼稚園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 ご飯	2 カレーライス	3 <持ち帰り給食>
			米40 松風焼き 鶏ミンチ35 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油1 白菜の煮びたし 白菜65 人参10 油揚げ7 酒1 みりん1 醤油2 出し昆布 煮干 味噌汁 麩(小麦)1 乾わかめ0.3 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 牛肉20 玉葱40 人参20 じゃが芋40 油3 塩0.2 醤油0.3 ピーマン5 カレールウ5 スパゲティーサラダ スパゲティー20 きゅうり8 人参5 マヨドレ8 塩0.2 ツナ缶7 冷コーン8 みかん	パン&ジュース
			焼き芋 さつま芋 牛乳 ※おせんべい	チーズスティック 強力粉 粉チーズ 砂糖 塩 バター ドライイースト 牛乳 ※フルーン	
5	6	7	8 (誕生日会)	9	10
マカロニグラタン マカロニ(小麦)16 鶏肉30 ミックスチーズ8 牛乳100 マッシュルーム8 玉葱20 小麦粉3.5 バター3 塩0	米40 和風ハンバーグ 鶏ミンチ30 豚ミンチ25 ケチャップ3 冷コーン8 味噌1.5 油2 パン粉4 塩 玉葱15 青葱3 醤油0.5 豆腐10 じゃが芋のカレーきんぴら じゃが芋45 人参8 玉葱20 ピーマン5 赤ピーマン3 カレー粉0.1 塩0.2 油1 醤油1 砂糖0.3 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 春巻き 春巻の皮(小麦)12 豚肉15 干椎茸1 人参10 ゆでたけのこ10 春雨7 ピーマン6 油 酒1 塩 砂糖1 ごま油0.5 醤油3 ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 乾わかめ0.5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	米45 油揚げ10 ごま1 高野豆腐4 干し椎茸1 人参6 塩0.3 酢3 砂糖2 きゅうり5 かんぴょう3 鱈の照り焼き 鱈40 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4 フロッキー和え フロッキー40 砂糖0.5 カリフラワー30 醤油1 清汁 麩(小麦)1 三つ葉3 塩0.4 醤油0.5 出し昆布 花かつお みかん	米40 五目豆腐 豆腐60 豚肉15 玉葱25 人参10 絹さや3 干椎茸1 油0.3 酒2 醤油2 砂糖1 塩0.2 片栗粉1.2 生姜 たたきごぼう ごぼう25 ごま2 砂糖1 醤油1 酢1.5 塩 味噌汁 ほうれん草10 えのき5 味噌4.5 煮干 出し昆布	干しうどん30 鶏肉15 干椎茸1 人参8 塩0.3 油揚げ5 青葱3 醤油2 煮干 出し昆布 厚揚げのそぼろ煮 厚揚げ40 鶏ミンチ10 人参20 玉葱20 三度豆3 砂糖1 醤油2 生姜 酒1 みりん1 片栗粉0.5 りんご
野菜スープ 玉葱15 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイオン	じゃが芋のカレーきんぴら じゃが芋45 人参8 玉葱20 ピーマン5 赤ピーマン3 カレー粉0.1 塩0.2 油1 醤油1 砂糖0.3	ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 乾わかめ0.5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2	フロッキー和え フロッキー40 砂糖0.5 カリフラワー30 醤油1	たたきごぼう ごぼう25 ごま2 砂糖1 醤油1 酢1.5 塩	厚揚げのそぼろ煮 厚揚げ40 鶏ミンチ10 人参20 玉葱20 三度豆3 砂糖1 醤油2 生姜 酒1 みりん1 片栗粉0.5
五平餅 米 もち米 味噌 はちみつ	レーズン蒸しパン 小麦粉 BP 砂糖 卵 油 レーズン	りんご クラッカー (小麦・乳)	スノーボール 小麦粉 砂糖 バター 粉糖	ミルクパン (市販) (小麦・卵・乳)	ゆかりおにぎり 米 ゆかり
チーズ ※牛乳	牛乳 ※バナナ	牛乳 ※チーズ	牛乳 ※おせんべい	牛乳 ※みかん	チーズ ※牛乳
12	13 (幼児弁当)	14	15	16	17
ふわふわ丼 米40 豆腐45 卵20 鶏ミンチ15 人参10 油0.5 青葱7 砂糖1 醤油2 塩 焼きのり0.5 片栗粉2 酒1 みりん2 ごぼうの土佐煮 ごぼう30 砂糖0.8 油 人参10 花かつを1 醤油2 みりん1 酒0.2 味噌汁 キャベツ15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 野菜炒め 豚肉30 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 塩0.3 キャベツ20 醤油2 砂糖1 ごま油1 赤味噌1 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.3 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイオン りんご	バケット (小麦) クリームシチュー 豚肉25 じゃが芋40 玉葱30 塩0.5 ほうれん草5 牛乳80 油 人参20 バター3 小麦粉4 キャロットサラダ 人参50 缶パイン12 きゅうり10 砂糖1 塩0.2 酢2 オリーブ油2	もち米70 黄粉2 砂糖2.5 のり0.5 しょうゆ3 雑煮 大根30 金時人参10 鶏肉15 ほうれん草10 出し昆布 花かつお 塩0.4 醤油2 煮干 みりん 煮込みうどん (てんとうむし・あり組) ゆでうどん30 ※雑煮の餅の代わりに うどんを使用。 みかん	米40 鮭の磯辺焼き 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 青のり0.2 千切大根の煮付け 千切大根5 大豆3 人参8 油揚げ7 いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 塩0.2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	中華麺(小麦)30 豚肉15 玉葱20 もやし15 塩0.3 人参5 ピーマン5 ソース5 キャベツ20 青のり0.1 花かつお たたききゅうり きゅうり40 ごま2 砂糖1 醤油2 酢2 塩 ごま油1 味噌汁 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布
スコーン 小麦粉 卵 砂糖 バター レーズン チーズ	ジャムサンド 食パン(小麦・乳) 苺ジャム	かつおおにぎり 米 花かつお 醤油 みりん	ヨーグルト (市販)	蒸し芋 さつま芋	のりおにぎり 米 塩 のり
牛乳 ※おせんべい	牛乳 ※バナナ	炒り小魚 ※チーズ	おせんべい (市販) ※牛乳	牛乳 ※フルーン	チーズ ※牛乳

月曜日 19 ご飯	火曜日 20 ご飯	水曜日 21 さつまいもご飯	木曜日 22 (クリスマス会) パンクラタン	金曜日 23 ご飯	土曜日 24 きんぴらごはん
米40 マーボー豆腐 豆腐50 豚ミンチ12 青葱5 人参10 醤油2 砂糖1 みりん1 片栗粉2 玉葱10 生姜 赤味噌1 油 春雨の中華サラダ 春雨7 きゅうり8 無添加ハム5 ごま2 砂糖0.8 ごま油2 酢1.5 塩0.3 醤油1 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.3 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン	米40 白身魚のフライ 白身魚50 塩0.3 卵3 パン粉3 小麦粉2 油5 マヨドレ3 ケチャップ3 キャベツのごま和え キャベツ50 人参5 きゅうり8 ごま2 砂糖1 醤油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	米35 さつまいも25 もち米10 塩0.3 出し昆布 フロッコリーのごまあえ ブロッコリー30 人参5 カリフラワー30 砂糖0.5 醤油1 ごま2 とん汁 豚肉15 人参10 油揚げ7 ごぼう8 白菜10 こんにゃく10 大根20 大根葉5 味噌7 煮干 出し昆布	クリスマスポテト ジャガイモ50 冷コーン5 人参5 マヨドレ8 クラッカー(小麦・乳) 塩0.1 ポトフ 大根15 人参10 ブイヨン ウインナー10 塩0.3 ブロッコリー20 醤油0.3 みかん	米40 鶏のから揚げ 鶏60 片栗粉5 砂糖0.3 酒4 醤油2 みりん3 油 生姜 トマト ほうれん草の土佐和え ほうれん草40 えのき15 人参3 花かつお1 砂糖1 醤油2 味噌汁 さつまいも25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 牛ミンチ7 豚ミンチ3 人参5 こんにゃく10 塩 絹さや3 生姜0.3 砂糖0.5 酒2 出し昆布 醤油2 油1 じゃが芋とツナの炊き合わせ ジャガイモ50 三度豆3 玉葱20 ツナ8 砂糖0.5 醤油2 酒2 塩0.1 みりん0.8 味噌汁 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布
黄粉トースト 食パン(小麦・乳) 黄粉 はちみつ バター 牛乳 ※チーズ	さつまいものバター焼き さつまいも バター 牛乳 ※みかん	おからドーナツ(市販) (小麦・乳・卵) 牛乳 ※バナナ	りんごゼリー りんごジュース りんご 砂糖 アガー きらず揚げ (小麦) 牛乳 ※フルーン	クリスマスケーキ 小麦粉 卵 砂糖 BP バター いちご 生クリーム 牛乳 ※おせんべい	バナナ ビスケット(市販) (小麦・乳・卵) 牛乳 ※チーズ
26 ご飯 米40 野菜炒め 豚肉30 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 塩0.3 キャベツ20 醤油2 砂糖1 ごま油1 赤味噌1 春雨のコーンスープ 春雨5 ニラ3 ブイヨン 冷コーン8 卵15 醤油0.5 塩0.3	27 カレーライス 米40 牛肉20 玉葱40 人参20 ジャガイモ40 油3 塩0.2 醤油0.3 ピーマン5 カレールウ5 フロッコリーサラダ ブロッコリー30 人参5 カリフラワー30 醤油0.5 冷コーン8 砂糖0.3 マヨドレ8	28 ご飯 米40 鶏の照り焼き 鶏肉60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4 ひじきと大豆の煮物 ひじき2 人参8 大豆3 油揚げ5 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 出し昆布 酒1 煮干 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	29 休 園 日	30 休 園 日	31 休 園 日
レーズン蒸しパン 小麦粉 BP 砂糖 卵 油 レーズン 牛乳 ※おせんべい	ヨーグルト (市販) おせんべい(市販) 牛乳	マカロニ黄粉 マカロニ(小麦) 黄粉 砂糖 フルーン 牛乳 ※チーズ			
『納豆のかき揚げ』					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 15%;">  </div> <div style="width: 70%;"> <p>人気で作り方が知りたいという声があったので紹介します。</p> <p><材料></p> <p>A…(納豆1パック・ツナ缶1/2缶・さつまいも(S)1本・塩 醤油 各小さじ1/4)</p> <p>B…(卵1個・水50cc・小麦粉50g・片栗粉大さじ2)・揚げ油 適量</p> <p><作り方></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. さつまいもは短冊切りします。 2. ボウルにAを入れよく混ぜます。 3. 別のボウルに卵を割りほぐし、水を加え小麦粉・片栗粉をふるいながら入れさっくりと混ぜます。 4. 2に3の衣を加え合わせます。 5. 揚げ油を170℃に設定し、2～3分きつね色になるまで揚げると出来上がりです。 </div> <div style="width: 15%;">  </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 15%;">  </div> <div style="width: 70%;"> <p>揚げていると「納豆」の香りが広がり、食欲をそそる1品です。ぜひお家でも作ってみてくださいね。</p> </div> <div style="width: 15%;"></div> </div>					
<p>※印は乳児の朝のおやつです。 材料横の数字は、幼児1人分の分量です。 (乳児は4/5(80%)になります。) ※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。</p>					