



12月給食献立(乳児・幼児食)

12月1日～12月15日給食献立

2021年度 池上わかばこども園

都合により献立を変更することがあります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名
1	水	牛乳 满月ポン	麻婆丼 大根の中華和え 野菜スープ	牛乳 りんご寒天	米・豆腐・豚ミンチ・しょうが・玉ねぎ・人参・ねぎ・なたね油・ごま油・みりん・味噌・片栗粉・ごま 大根・人参・ごま・しょうゆ・上白糖・ごま油・塩 青梗菜・もやし・コーン・鶏がらだし・塩 牛乳・寒天・アップルジュース・上白糖
2	木	牛乳 たべっ子 ベイビー	☆おもちつき☆ ふりかけご飯(0～2歳) 豚汁	お茶 鮭おにぎり	もち米・きな粉・上白糖・しょうゆ 米・しその香 豚肉・大根・ごぼう・こんにゃく・人参・ねぎ・味噌 ほうじ茶・米・鮭フレーク・ごま
3	金	牛乳 ぱりんこ	トマトスパゲティー ほうれん草とツナのサラダ コンソメスープ	お茶 かしみん焼き (郷土料理)	スパゲティ・塩・ベーコン・マッシュルーム・エリンギ・玉ねぎ・ピーマン・なたね油・トマト缶・ケチャップ・コンソメ ほうれん草・人参・ツナ・マヨネーズ コンソメ・しょうゆ・塩・白菜・玉ねぎ・大豆・パセリ ほうじ茶・キャベツ・鶏ミンチ・牛ミンチ・ねぎ・長芋・小麦粉・鶏卵・だし汁・お好みソース・粉かつお・青のり
4	土	牛乳 ハッピーターン	和風チャーハン 味噌汁 バナナ	牛乳 ぼたぼた焼き ニコニコゼリー	米・ツナ・玉ねぎ・人参・ねぎ・コーン・なたね油・だしの素・塩・しょうゆ・なたね油 じゃが芋・玉ねぎ・わかめ・味噌 バナナ 牛乳・ぼたぼた焼・ニコニコゼリー
6	月	牛乳 ルヴァン	他人丼 青菜のおかか和え 味噌汁	牛乳 コーンブレッド	米・豚肉・玉ねぎ・鶏卵・しょうゆ・しょうゆ・上白糖・みりん・だし汁・みつば 青梗菜・人参・粉かつお・しょうゆ・上白糖 わかめ・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・ホットケーキミックス・牛乳・鶏卵・コーン
7	火	牛乳 オレンジ	☆お誕生会☆ ご飯/ハンバーグ 小松菜とハムのサラダ コンソメスープ	牛乳 みかんケーキ	米・ハンバーグ・なたね油・ケチャップ 小松菜・ハム・人参・マヨネーズ コンソメ・しょうゆ・塩・玉ねぎ・エリンギ・パセリ 牛乳・小麦粉・無塩バター・上白糖・ベーキングパウダー・鶏卵・みかん缶・ホイップ
8	水	牛乳 ぱりんこ	きつねちらし寿司 白菜とちくわの和え物 赤だし	牛乳 プリン	米・酢・上白糖・塩・揚げ・ちりめんじゃこ・きゅうり・人参・干し椎茸・高野豆腐・しょうゆ・上白糖・のり・錦糸玉子 白菜・ちくわ・ごま・しょうゆ・上白糖 なめこ・玉ねぎ・みつば・赤だし・味噌 牛乳・プリンミックス
9	木	牛乳 たべっ子 ベイビー	ご飯 白身魚のごまマヨ焼き ひじき煮 味噌汁	牛乳 レーズンクッキー	米・ホキ・塩・玉ねぎ・マヨネーズ・ごま 揚げ・ひじき・グリーンピース・人参・しょうゆ・上白糖・みりん・だし汁 豆腐・しめじ・わかめ・味噌 牛乳・小麦粉・片栗粉・ベーキングパウダー・無塩バター・上白糖・牛乳・干しぶどう
10	金	牛乳 满月ポン	カレーうどん キャベツの酢の物 りんご	お茶 韓国風おにぎり	うどん・牛肉・玉ねぎ・人参・白ねぎ・揚げ・カレールー・塩・だし汁・しょうゆ・片栗粉 キャベツ・わかめ・ちりめんじゃこ・上白糖・酢・塩 りんご ほうじ茶・米・塩昆布・ごま・しょうゆ・ごま油
11	土		生活発表会		
13	月	牛乳 ルヴァン	中華丼 餃子 豆腐のスープ	牛乳 ちんすこう	米・豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・椎茸・なたね油・鶏がらだし・みりん・しょうゆ・塩・片栗粉 餃子 豆腐・玉ねぎ・わかめ・ねぎ・鶏がらだし・塩 牛乳・小麦粉・片栗粉・上白糖・なたね油
14	火	牛乳 りんご	ロールパン ビーフシチュー ツナサラダ みかん	牛乳 カラメル大豆	ロールパン・牛肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・しめじ・ブロッコリー・ビーフシチュールー・コンソメ キャベツ・ツナ・パプリカ・和風ドレッシング みかん 牛乳・大豆・片栗粉・なたね油・上白糖・しょうゆ・酒
15	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 白身魚の照り焼き 南瓜の煮付け 味噌汁	牛乳 マドレーヌ	米・ホキ・しょうゆ・みりん・上白糖・酒 かぼちゃ・グリーンピース・しょうゆ・上白糖・みりん・だし汁 えのき・小松菜・人参・味噌 牛乳・小麦粉・無塩バター・上白糖・ベーキングパウダー・鶏卵・レモン

12月給食献立(乳児・幼児食)

12月16日～12月28日給食献立



2021年度 池上わかばこども園

都合により献立を変更することがあります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名
16	木	牛乳 たべっ子 ベイビー	ご飯 豚肉の生姜炒め ほうれん草のごまだれ和え 味噌汁	牛乳 フライドポテト	米・豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・しょうゆ・上白糖・みりん・しょうが・なたね油 ほうれん草・人参・コーン・ごまだれ 厚揚げ・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・ナチュラルカットポテト・パセリ・塩・植物油
17	金	牛乳 満月ポン	ご飯 おでん 白菜のポン酢和え 黄桃缶	牛乳 ジャムサンド	米・鶏肉・大根・こんにゃく・人参・厚揚げ・じゃが芋・しょうゆ・塩・みりん・だし汁 白菜・人参・ポン酢・しょうゆ・だし汁 黄桃缶 牛乳・食パン・ブルーベリージャム
18	土	牛乳 ハッピーターン	塩焼きそば 中華スープ バナナ	牛乳 味しらべ 源氏パイ	焼きそば・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・なたね油・鶏がらだし・塩・粉かつお・青のり コーン・玉ねぎ・ねぎ・鶏がらだし・塩 バナナ 牛乳・味しらべ・源氏パイ
20	月	牛乳 ルヴァン	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ 大根ナムル わかめスープ	牛乳 ふのラスク	米・ミートボール・玉ねぎ・小松菜・パプリカ・しょうゆ・酢・上白糖・鶏がらだし・片栗粉 大根・人参・ごま・ごま油・しょうゆ・上白糖 わかめ・玉ねぎ・コーン・鶏がらだし・塩 牛乳・おつゆ麩・なたね油・上白糖
21	火	牛乳 バナナ	ご飯 豚肉の彩り炒め キャベツの和え物 味噌汁	牛乳 きな粉蒸しパン	米・豚肉・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ・パプリカ・エリンギ・ごま油・上白糖・しょうゆ・片栗粉 キャベツ・さつまいも揚げ・人参・しょうゆ・上白糖 おつゆ麩・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・ホットケーキミックス・なたね油・きな粉
22	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 さわらの煮付け ブロッコリーのごま和え 味噌汁	牛乳 ふかし芋	米・さわら・しょうゆ・上白糖・酒・しょうが ブロッコリー・人参・ごま・しょうゆ・上白糖 かぼちゃ・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・さつまいも・塩
23	木	牛乳 たべっ子 ベイビー	☆クリスマス会☆ ご飯/鶏の唐揚げ クリスマスポテト コーンスープ	牛乳 クリスマスケーキ	米・鶏肉・しょうが・しょうゆ・みりん・片栗粉・植物油 じゃが芋・ブロッコリー・ミックスベジタブル・人参・マヨドレ コーンクリームスープ・牛乳・玉ねぎ・パセリ 牛乳・小麦粉・ベーキングパウダー・スキムミルク・鶏卵・有塩バター・上白糖・黄桃缶・みかん缶・バイン缶・ホイップ
24	金	牛乳 満月ポン	年越しうどん 金平ごぼう りんご	お茶 ひじきおにぎり	うどん・鶏肉・玉ねぎ・大根・人参・ほうれん草・上白糖・しょうゆ・みりん・だし汁 ごぼう・人参・ちくわ・ごま・しょうゆ・上白糖・ごま油 りんご ほうじ茶・米・ひじき・揚げ・ごま・だし汁・しょうゆ・上白糖・ごま油
25	土	牛乳 ハッピーターン	牛丼 味噌汁 バナナ	牛乳 ぱりんこ 野菜クラッカー	米・牛肉・玉ねぎ・人参・ねぎ・しょうゆ・しょうゆ・上白糖・みりん じゃが芋・玉ねぎ・ねぎ・味噌 バナナ 牛乳・ぱりんこ・お野菜クラッカー
27	月	牛乳 ルヴァン	カレーライス ほうれん草とツナのサラダ みかん缶	牛乳 ジャム クラッカーサンド	米・牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・カレールー・なたね油 ほうれん草・ツナ・コーン・和風ドレッシング みかん缶 牛乳・クラッカー・いちごジャム
28	火	牛乳 バナナ	ご飯 さばの西京焼き 切干大根と青菜の和え物 かき玉汁	牛乳 マカロニのラザニア 風	米・さば・白みそ・みりん・上白糖 切干大根・なたね油・小松菜・人参・しょうゆ・上白糖 鶏卵・玉ねぎ・みつば・しょうゆ・塩 牛乳・マカロニ・合挽き肉・玉ねぎ・人参・ケチャップ・コンソメ・上白糖・チーズ

冬至



冬至は、1年でいちばん夜の時間が長く、昼の時間が短い日です。
この日を境に、少しずつ昼の時間が長くなっていきます。
冬至の日にかぼちゃを食べてゆず湯に入ると、1年間大きな病気にかからず、
風邪をひきにくくなるといわれています。

