

2024年



こんだてひょう

※りんごぐみ以上の朝のおやつはありません。

12/2 月	12/3 火	12/4 水	12/5 木	12/6 金	12/7 土	12/9 月	12/10 火	12/11 水	12/12 木	12/13 金	12/14 土
■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■バナナ	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■バナナ	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子
■ご飯 米 ■厚揚げハンバーグ 合挽 たまねぎ 人参 パン粉 牛乳 塩 濃口醤油 砂糖 片栗粉	■そばろ丼 米 鶏ミンチ 干し椎茸 インゲン おろし生姜 砂糖 薄口醤油 みりん風調味料 サラダ油	■ご飯 米 ■白身魚の蒲焼揚げ たら 塩 天ぷら粉 あおさ サラダ油 ■切干大根の酢の物 切干大根 人参 きゅうり わかめ 砂糖 酢 薄口醤油	■ご飯 米 ■鶏もも皮なし 塩 片栗粉 玉ねぎ ピーマン トマト缶 ケチャップ コンソメ 濃口醤油 砂糖	■ちゃんぽん麺 ラーメン 豚肩ロース キャベツ 人参 コーン たまねぎ キヌサヤ 干し椎茸 ちゃんぽんスープの素 ■ほうれん草のお浸し ほうれん草 えのき 薄口醤油 砂糖	■ご飯 米 ■豚肩ロース じゃがいも たまねぎ 人参 ピーマン サラダ油 濃口醤油 みりん風調味料 カレー粉 砂糖	■ロールパン ロールパン ■マカロニグラタン マカロニ 玉ねぎ ほうれん草 ウインナー 牛乳 小麦粉 マーガリン 塩 コンソメ パン粉 パセリ	■ご飯 米 ■赤魚の煮付 赤魚 和風だしの素 みりん風調味料 濃口醤油 料理酒 おろし生姜 ■ひじきごぼうのサラダ ごぼう ツナ 人参 ひじき エッグケア 薄口醤油 酢	■ご飯 米 ■鶏もも皮なし 玉ねぎ ピーマン 人参 濃口醤油 ケチャップ 砂糖 酢 ■高野の煮物 高野豆腐 人参 インゲン 薄口醤油 塩 砂糖 和風だしの素	■ご飯 米 ■手作り餃子 餃子の皮 豚挽肉 キャベツ 白ネギ ニラ おろし生姜 料理酒 ごま油 濃口醤油 鶏がら 砂糖 塩 ■ほうれん草 ほうれん草 もやし 人参 ごま油 薄口醤油 砂糖 塩 ■わかめの味噌汁 わかめ ごぼう 万能ねぎ みそ 和風だしの素	■チキンピラフ 米 鶏もも皮なし 玉ねぎ 人参 グリーンピース コンソメ 塩 ■ポテトサラダ じゃがいも きゅうり 人参 エッグケア 酢 塩 ■小松菜のスープ 小松菜 しめじ コンソメ 薄口醤油 砂糖 塩 ■フルーツ(オレンジ) オレンジ	■ご飯 米 ■厚揚げの炒め物 絹揚げ 豚挽肉 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 しめじ ごま油 濃口醤油 鶏がら みりん風調味料 片栗粉 ■ブロッコリーのマーマレード ブロッコリー 人参 コーン エッグケア すりごま 薄口醤油 酢 塩 ■えのきの味噌スープ えのき わかめ 鶏がら うすくち醤油
■コーンスロー キャベツ 人参 きゅうり エッグケア 砂糖 酢 塩	■もやしの中華スープ もやし コーン かいわれ大根 うすくち醤油 鶏がら	■花麩のすまし汁 花麩 えのき かいわれ大根 塩 うすくち醤油 和風だしの素 だし昆布	■れんこんサラダ れんこん 人参 みつば うすくち醤油 砂糖 酢 サラダ油 塩 すりごま	■バナナ	■里芋の煮物 里芋 人参 薄口醤油 みりん風調味料 砂糖	■豆腐の味噌汁 豆腐 たまねぎ 万能ねぎ みそ 和風だしの素	■白菜サラダ 白菜 人参 ツナ うすくち醤油 砂糖 酢 サラダ油 ■ブロッコリーのスープ ブロッコリー コーン パセリ 薄口醤油 コンソメ	■豆腐のすまし汁 豆腐 わかめ かいわれ大根 塩 うすくち醤油 和風だしの素 だし昆布 塩	■玉ねぎのすまし汁 玉ねぎ 刻み揚げ かいわれ大根 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素	■フルーツ(バナナ) バナナ	■フルーツ(みかん) みかん
■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■お茶 麦茶	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳
■マカロニきな粉 マカロニ きな粉 砂糖	■野菜蒸しパン 野菜ジュース ホットケーキミックス サラダ油	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■あんこパイ 餃子の皮 こしあん サラダ油	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■きつねおにぎり 米 刻み揚げ 濃口醤油 砂糖 すりごま	■フルーツヨーグルト ヨーグルト りんご みかん缶 砂糖	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■りんごケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 りんご 牛乳 サラダ油	■ライスクリスピーのおこし ライスクリスピー マシュマロ マーガリン	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。

2024年



12月 こんだてひょう

※りんごぐみ以上の朝のおやつはありません。

12/16 月	12/17 火	12/18 水	12/19 木	12/20 金	12/21 土	12/23 月	12/24 火	12/25 水	12/26 木	12/27 金	12/28 土
<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ ご飯</b> 米 <small>■ 豆腐とひじきのつくね</small> 木綿豆腐 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ ひじき パン粉 濃口醤油 砂糖 片栗粉 <small>■ チンゲン菜の胡麻油炒め</small> チンゲン菜 竹輪 うすくち醤油 砂糖 すりごま 酢 <small>■ もやし味噌汁</small> もやし 人参 万能ねぎ みそ 和風だしの素 <small>■ フルーツ(オレンジ)</small> オレンジ	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ カレーライス</b> 米 合挽 じゃがいも 玉ねぎ 人参 カレールー <small>■ ほうれん草のソテー</small> ほうれん草 しめじ コーン マーガリン 薄口醤油 塩 <small>■ フルーツ(りんご)</small> りんご	<b>■ 牛乳</b> <b>■ パナナ</b> <b>■ ご飯</b> 米 <small>■ 鯖の胡麻みそ焼き</small> 鯖 砂糖 西京味噌 みりん風調味料 濃口醤油 すりごま <small>■ 春雨の中巻和え</small> 春雨 きゅうり ささみ 薄口醤油 酢 砂糖 ごま油 <small>■ 大根のすまし汁</small> 大根 人参 かいわれ大根 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ 焼き鳥丼</b> 米 鶏もも皮なし 料理酒 みりん風調味料 砂糖 濃口醤油 <small>■ 豆腐チャンプルー</small> 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 サラダ油 濃口醤油 砂糖 ごま油 <small>■ キャベツの中巻スープ</small> キャベツ えのき コーン 薄口醤油 鶏がら <small>■ フルーツ(バナナ)</small> バナナ	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ 醤油ラーメン</b> ラーメン 豚肩ロース 人参 キャベツ 玉ねぎ コーン 塩 濃口醤油 ごま油 <small>■ かぼちゃのサラダ</small> かぼちゃ きゅうり コーン エッグケア 酢 塩 砂糖 <small>■ フルーツ(みかん)</small> みかん <small>■ 白菜のすまし汁</small> 白菜 しめじ かいわれ大根 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ 混ぜ込みチャーハン</b> 米 豚挽肉 玉ねぎ 人参 グリンピース 濃口醤油 鶏がら 塩 ごま油 <small>■ 切干大根の炒め煮</small> 切干大根 人参 竹輪 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 サラダ油 キヌサヤ <small>■ 白菜のすまし汁</small> 白菜 しめじ かいわれ大根 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ ご飯</b> 米 <small>■ タンドリーチキン</small> 鶏もも皮なし 玉ねぎ ケチャップ カレー粉 エッグケア 濃口醤油 <small>■ 花野菜サラダ</small> ブロッコリー カリフラワー コーン すりごま 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 塩 <small>■ 小松菜のスープ</small> 小松菜 えのき コンソメ 薄口醤油 <small>■ フルーツ(オレンジ)</small> オレンジ	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ きつねうどん</b> うどん 味付け揚げ ほうれん草 干し椎茸 万能ねぎ 料理酒 塩 薄口醤油 みりん風調味料 だし昆布 和風だしの素 <small>■ ジャーマンポテト</small> じゃがいも たまねぎ ウインナー 塩 コンソメ パセリ <small>■ フルーツ(バナナ)</small> バナナ	<b>■ 牛乳</b> <b>■ パナナ</b> <b>■ ケチャップライス</b> 米 ウインナー たまねぎ グリンピース ケチャップ コンソメ <small>■ 鶏肉のから揚げ</small> 鶏もも皮なし おろし生姜 うすくち醤油 鶏がら 小麦粉 片栗粉 サラダ油 <small>■ 添え野菜</small> ブロッコリー 人参 コンソメ <small>■ マカロニのスープ</small> マカロニ たまねぎ パセリ コンソメ うすくち醤油 <small>■ フルーツ(みかん缶)</small> みかん缶	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ ご飯</b> 米 <small>■ カレのコンソメスープ</small> カレイ エッグケア 薄口醤油 コーン <small>■ 金平ごぼう</small> ごぼう 人参 糸こんにゃく 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 すりごま ごま油 <small>■ 茄子の味噌汁</small> 茄子 わかめ 万能ねぎ みそ 和風だしの素 <small>■ フルーツ(りんご)</small> りんご	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ ご飯</b> 米 <b>■ 豚じゃが</b> 豚肩ロース じゃがいも たまねぎ 人参 おろし生姜 ケチャップ 薄口醤油 みそ ごま油 片栗粉 <small>■ スパゲティ</small> スパゲティ 人参 玉ねぎ ピーマン 酢 砂糖 薄口醤油 黒ごま <small>■ 秋のすまし汁</small> 麩 白菜 かいわれ大根 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素	<b>■ 牛乳</b> <b>■ お菓子</b> <b>■ 麻婆豆腐丼</b> 米 豆腐 豚ひき肉 たまねぎ 人参 おろし生姜 ケチャップ 薄口醤油 みそ ごま油 片栗粉 <small>■ はるめいの中巻スープ</small> 春雨 コーン 万能ねぎ 薄口醤油 鶏がら
<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <small>■ マロンパン風トースト</small> 食パン ホットケーキミックス マーガリン 牛乳 グラニュー糖	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <small>■ 手作りクッキー</small> 小麦粉 砂糖 マーガリン サラダ油 塩	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <b>■ お菓子</b> ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <b>■ ポテトフライ</b> じゃがいも サラダ油 塩	<b>■ お茶</b> 麦茶 <small>■ ひじきのおにぎり</small> 米 ひじき ごぼう 人参 砂糖 みりん風調味料 薄口醤油 和風だしの素	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <b>■ お菓子</b> ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <b>■ 麩のラスク</b> 麩 マーガリン 砂糖	<b>■ お茶</b> 麦茶 <small>■ 牛しぐれおにぎり</small> 米 合挽 人参 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 すりごま	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <b>■ ツリーパイ</b> パイシート ホイップ いちご グリーンティー	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <b>■ お菓子</b> ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <b>■ お菓子</b> ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	<b>■ 牛乳</b> 牛乳 <b>■ お菓子</b> ソフトサラダせんべい ビスケット ハード

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。