令和4年度　12月給食よていこんだて（豊中みどり幼稚園　1号）

日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 木曜日	ゆかりご飯	豚肉のすき焼き風煮	ツナとれんこんの金平 オクラのごま和え 麩とわかめのすまし汁、りんご	つぶつぶみかんゼリー （オレンジゼリーの素、水、みかん缶）	米、砂糖、ごま、ごま油、切麩	豚肉、焼豆腐、ツナ、わかめ	ねぎ、白菜、れんこん、人参、オクラ、りんご	ゆかり粉、醤油、酒、みりん、だし、塩
2日 金曜日	菜飯	ハンバーグ	さつま揚げとじゃが芋の煮物 小松菜ともやしのポン酢和え 白菜とコーンのスープ、白桃缶	豆腐ドーナツ （絹ごし豆腐、ホットケーキの素、砂糖、油、きな粉、砂糖）	米、パン粉、油、じゃが芋、砂糖	合挽ミンチ肉、さつま揚げ	玉ねぎ、絹さや、小松菜、もやし、白菜、コーン、白桃缶	菜めし、塩、こしょう、ケチャップ、みりん、だし、醤油、ポン酢、コンソメ
5日 月曜日	鮭チャーハン		とんかつ 白菜のお浸し 春雨スープ、パイン缶	鬼まんじゅう （ホットケーキの素、さつま芋、砂糖、塩）	米、油、ごま油、春雨	鮭フレーク、とんかつ、かつお節	ねぎ、人参、コーン、グリンピース、白菜、キャベツ、パイン缶	醤油、塩、こしょう、ウスターソース、だし、みりん、コンソメ
8日 木曜日	菜飯	さばの塩焼き	高野豆腐の含め煮 大根サラダ 豚汁、オレンジ	お麩ラスク（砂糖） （切麩、油、砂糖）	米、砂糖	さば、高野豆腐、豚肉、味噌	グリンピース、人参、大根、胡瓜、ごぼう、ねぎ、オレンジ	菜めし、塩、みりん、醤油、だし、青シソドレッシング
9日 金曜日	わかめご飯	鶏肉と根菜のトマト煮	ウインナーとキャベツのソテー マカロニサラダ えのきと白菜のスープ、みかん	抹茶蒸しパン （ホットケーキの素、抹茶、豆乳、砂糖）	米、油、マカロニ	鶏肉、ウインナー	玉ねぎ、人参、れんこん、ごぼう、ダイストマト缶、キャベツ、ピーマン、胡瓜、コーン、白菜、えのき、みかん	炊き込みわかめ、パセリ粉、ケチャップ、コンソメ、塩、こしょう、エッグケア
12日 月曜日	ハヤシライス		ハムステーキ ツナとじゃが芋のサラダ ぶどうジュース	白玉きな粉 （白玉団子、きな粉、砂糖）	ハヤシルウ、油、米、じゃが芋	豚肉、ハムステーキ、ツナ	人参、玉ねぎ、ﾏｯｼｭﾙｰﾑ、グリンピース、ミックスベジタブル、ぶどうジュース	ケチャップ、塩、こしょう、エッグケア
13日 火曜日	ゆかりご飯	さわらの甘みそ焼き	大根のそぼろあん 白菜の塩昆布和え 小松菜とわかめのすまし汁、オレンジ	焼きそば （焼きそば、豚ミンチ肉、キャベツ、人参、油、焼きそばソース）	米、砂糖、片栗粉	さわら、味噌、鶏ミンチ肉、塩昆布、わかめ	大根、白菜、人参、小松菜、オレンジ	ゆかり粉、醤油、みりん、酒、だし、塩
14日 水曜日	お弁当日			野菜クラッカー ぼたぼた焼き				
15日 木曜日	ロールパン	鶏肉のカレー風味焼き	マカロニとウインナーのソテー ブロッコリーサラダ、りんご キャベツとコーンのスープ、牛乳	おかかおにぎり （米、かつお節、砂糖、醤油）	バターロール、小麦粉、油、マカロニ	鶏肉、ウインナー、牛乳	ピーマン、ブロッコリー、人参、キャベツ、コーン、りんご	塩、こしょう、純カレー粉、ケチャップ、和風ドレッシング、コンソメ
16日 金曜日	菜飯	白身魚の中華あんかけ	春雨サラダ さつまいものレモン煮 もやしと椎茸のスープ、オレンジ	ホットケーキ （ホットケーキの素、豆乳、ﾒｰﾌﾟﾙｼﾛｯﾌﾟ、油）	米、片栗粉、油、砂糖、春雨、ごま、ごま油、さつま芋	ホキ	玉ねぎ、人参、チンゲン菜、黄ピーマン、胡瓜、ポッカレモン、もやし、椎茸、オレンジ	菜めし、塩、こしょう、醤油、酒、中華あじ、酢
19日 月曜日	ビビンバ		春巻き 海藻サラダ チンゲン菜とねぎのスープ、マスカットゼリー	マカロニきな粉 （マカロニ、きな粉、砂糖）	米、ごま油、ごま、砂糖、春巻き、油、マスカットゼリー	合挽ミンチ肉、海藻サラダ	ほうれん草、もやし、人参、にんにく、大根、チンゲン菜、ねぎ	醤油、酒、塩、青シソドレッシング、中華味
20日 火曜日	炊き込みごはん	鶏の唐揚げ	のり塩粉ふきいも もやしのゆかり和え 白菜とわかめのすまし汁、バナナ	マシュマロおこし （マシュマロ、コーンフレーク、油）	米、片栗粉、油、じゃが芋	鶏ミンチ肉、鶏肉、青のり粉、わかめ	人参、椎茸、絹さや、生姜、もやし、胡瓜、白菜、バナナ	醤油、酒、みりん、塩、ゆかり粉、だし
21日 水曜日	お弁当日			ベジたべる ぱりんこ				

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

令和4年度　12月給食よていこんだて（豊中みどり幼稚園　2号）

日付	こんだて名 主食	主菜	副菜・汁物・デザート	おやつ	ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
1日 木曜日	ゆかりご飯	豚肉のすき焼き風煮	ツナとれんこんの金平 オクラのごま和え 麩とわかめのすまし汁、りんご	つぶつぶみかんゼリー （オレンジゼリーの素、水、みかん缶）	米、砂糖、ごま、ごま油、切麩	豚肉、焼豆腐、ツナ、わかめ	ねぎ、白菜、れんこん、人参、オクラ、りんご	ゆかり粉、醤油、酒、みりん、だし、塩
2日 金曜日	菜飯	ハンバーグ	さつま揚げとじゃが芋の煮物 小松菜ともやしのポン酢和え 白菜とコーンのスープ、白桃缶	豆腐ドーナツ （絹ごし豆腐、ホットケーキの素、砂糖、油、きな粉、砂糖）	米、パン粉、油、じゃが芋、砂糖	合挽ミンチ肉、さつま揚げ	玉ねぎ、絹さや、小松菜、もやし、白菜、コーン、白桃缶	菜めし、塩、こしょう、ケチャップ、みりん、だし、醤油、ポン酢、コンソメ
3日 土曜日	チキンライス		チンゲン菜の中華和え みかん缶	ベジたべる （ベジたべる） 牛乳	米、油、砂糖	鶏肉	玉ねぎ、人参、グリンピース、チンゲン菜、もやし、みかん缶	塩、こしょう、コンソメ、ケチャップ、酢、醤油
5日 月曜日	鮭チャーハン		とんかつ 白菜のお浸し 春雨スープ、パイン缶	鬼まんじゅう （ホットケーキの素、さつま芋、砂糖、塩）	米、油、ごま油、春雨	鮭フレーク、とんかつ、かつお節	ねぎ、人参、コーン、グリンピース、白菜、キャベツ、パイン缶	醤油、塩、こしょう、ウスターソース、だし、みりん、コンソメ
6日 火曜日	ゆかりご飯	豚肉のスタミナ炒め	ひじき煮 ブロッコリーとツナのサラダ ほうれん草と玉ねぎのみそ汁、バナナ	お好み焼き （キャベツ、小麦粉、ねぎ、ウスターソース、ケチャップ）	米、油、砂糖	豚肉、ひじき、油揚げ、ツナ、味噌	キャベツ、もやし、生姜、にんにく、人参、グリンピース、ブロッコリー、コーン、ほうれん草、玉ねぎ、バナナ	ゆかり粉、醤油、みりん、酒、だし、エッグケア、塩
7日 水曜日	お弁当日			星たべよ きなこ餅				
8日 木曜日	菜飯	さばの塩焼き	高野豆腐の含め煮 大根サラダ 豚汁、オレンジ	お麩ラスク（砂糖） （切麩、油、砂糖）	米、砂糖	さば、高野豆腐、豚肉、味噌	グリンピース、人参、大根、胡瓜、ごぼう、ねぎ、オレンジ	菜めし、塩、みりん、醤油、だし、青シソドレッシング
9日 金曜日	わかめご飯	鶏肉と根菜のトマト煮	ウインナーとキャベツのソテー マカロニサラダ えのきと白菜のスープ、みかん	抹茶蒸しパン （ホットケーキの素、抹茶、豆乳、砂糖）	米、油、マカロニ	鶏肉、ウインナー	玉ねぎ、人参、れんこん、ごぼう、ダイストマト缶、キャベツ、ピーマン、胡瓜、コーン、白菜、えのき、みかん	炊き込みわかめ、パセリ粉、ケチャップ、コンソメ、塩、こしょう、エッグケア
10日 土曜日	お弁当日（おもちつき）			サッポロポテト たべっこベイビー				
12日 月曜日	ハヤシライス		ハムステーキ ツナとじゃが芋のサラダ ぶどうジュース	白玉きな粉 （白玉団子、きな粉、砂糖）	ハヤシルウ、油、米、じゃが芋	豚肉、ハムステーキ、ツナ	人参、玉ねぎ、ﾏｯｼｭﾙｰﾑ、グリンピース、ミックスベジタブル、ぶどうジュース	ケチャップ、塩、こしょう、エッグケア
13日 火曜日	ゆかりご飯	さわらの甘みそ焼き	大根のそぼろあん 白菜の塩昆布和え 小松菜とわかめのすまし汁、オレンジ	焼きそば （焼きそば、豚ミンチ肉、キャベツ、人参、油、焼きそばソース）	米、砂糖、片栗粉	さわら、味噌、鶏ミンチ肉、塩昆布、わかめ	大根、白菜、人参、小松菜、オレンジ	ゆかり粉、醤油、みりん、酒、だし、塩
14日 水曜日	お弁当日			野菜クラッカー ぽたぽた焼き				
15日 木曜日	ロールパン	鶏肉のカレー風味焼き	マカロニとウインナーのソテー ブロッコリーサラダ、りんご キャベツとコーンのスープ、牛乳	おかかおにぎり （米、かつお節、砂糖、醤油）	バターロール、小麦粉、油、マカロニ	鶏肉、ウインナー、牛乳	ピーマン、ブロッコリー、人参、キャベツ、コーン、りんご	塩、こしょう、純カレー粉、ケチャップ、和風ドレッシング、コンソメ
16日 金曜日	菜飯	白身魚の中華あんかけ	春雨サラダ さつまいものレモン煮 もやしと椎茸のスープ、オレンジ	ホットケーキ （ホットケーキの素、豆乳、ﾒｰﾌﾟﾙｼﾛｯﾌﾟ、油）	米、片栗粉、油、砂糖、春雨、ごま、ごま油、さつま芋	ホキ	玉ねぎ、人参、チンゲン菜、黄ピーマン、胡瓜、ポッカレモン、もやし、椎茸、オレンジ	菜めし、塩、こしょう、醤油、酒、中華あじ、酢
17日 土曜日	鶏丼		豚汁 パイン缶	サッポロポテト （1才からのサッポロポテト） 牛乳	砂糖、油、米、こんにゃく	鶏肉、豚肉、味噌	玉ねぎ、人参、キャベツ、ごぼう、大根、ねぎ、パイン缶	醤油、酒、だし
19日 月曜日	ビビンバ		春巻き 海藻サラダ チンゲン菜とねぎのスープ、マスカットゼリー	マカロニきな粉 （マカロニ、きな粉、砂糖）	米、ごま油、ごま、砂糖、春巻き、油、マスカットゼリー	合挽ミンチ肉、海藻サラダ	ほうれん草、もやし、人参、にんにく、大根、チンゲン菜、ねぎ	醤油、酒、塩、青シソドレッシング、中華味
20日 火曜日	炊き込みごはん	鶏の唐揚げ	のり塩粉ふきいも もやしのゆかり和え 白菜とわかめのすまし汁、バナナ	マシュマロおこし （マシュマロ、コーンフレーク、油）	米、片栗粉、油、じゃが芋	鶏ミンチ肉、鶏肉、青のり粉、わかめ	人参、椎茸、絹さや、生姜、もやし、胡瓜、白菜、バナナ	醤油、酒、みりん、塩、ゆかり粉、だし
21日 水曜日	お弁当日			ベジたべる ぱりんこ				
22日 木曜日	わかめご飯	ホキのみぞれ煮	豚肉とパプリカの塩炒め コールスローサラダ 南瓜としろ菜のみそ汁、りんご	白桃ゼリー （ピーチゼリーの素、白桃缶、水）	米、砂糖、油	ホキ、豚肉、味噌	大根おろし、生姜、玉ねぎ、パプリカミックス、キャベツ、胡瓜、コーン、かぼちゃ、しろ菜、りんご	炊き込みわかめ、醤油、酒、みりん、塩、こしょう、中華あじ、エッグケア、だし
23日 金曜日	ゆかりご飯	おでん	白身天ぷら 小松菜の和え物 豆腐となめこのみそ汁、パイン缶	いちごケーキ （ホットケーキの素、豆乳、いちごジャム、砂糖）	米、砂糖、油	さつま揚げ、ウインナー、白身魚天ぷら、豆腐、味噌	大根、人参、小松菜、キャベツ、なめこ、パイン缶	ゆかり粉、酒、だし、醤油
24日 土曜日	マーボー豆腐丼		ブロッコリーと人参の和え物 黄桃缶	源氏パイ ぱりんこ 牛乳	油、砂糖、片栗粉、米	豆腐、豚ミンチ肉、味噌	ねぎ、にら、生姜、ブロッコリー、人参、黄桃缶	醤油、酒、中華あじ、酢
26日 月曜日	ナポリタンスパゲティー		ミニ野菜コロッケ コーンサラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ、黄桃缶	五平餅 （米、水、ごま、味噌、砂糖、醤油、片栗粉）	スパゲティ、油、ミニ野菜コロッケ	ウインナー	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、人参、コーン、ほうれん草、黄桃缶	コンソメ、塩、ウスターソース、ケチャップ、エッグケア、こしょう
27日 火曜日	菜飯	ぶりの照焼	豚肉と大根の中華煮 胡瓜ともやしのナムル 豆腐とわかめのみそ汁、みかん	コーン蒸しパン （コーン、ホットケーキの素、豆乳、塩）	米、砂糖、油、ごま油	ぶり、豚肉、豆腐、わかめ、味噌	大根、人参、胡瓜、もやし、みかん	菜めし、醤油、みりん、だし、中華味、酒、塩、こしょう
28日 水曜日	年越し塩ラーメン 年越しメニュー		ツナじゃが煮 切り干し大根のサラダ みかん缶	ごはんチヂミ （米、ごま油、ごま、ねぎ、人参、玉ねぎ、だし）	中華麺、じゃが芋、砂糖	豚肉、ツナ	もやし、キャベツ、人参、ねぎ、グリンピース、切干大根、胡瓜、コーン、みかん缶	塩ラーメンスープの素、だし、醤油、みりん、塩、こしょう、エッグケア

※材料の都合により献立を変更する場合があります。