



2023年

12月

予定献立表



この花ナーサリ学童クラブ



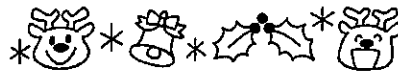
日	曜	昼食献立名	おやつ	材料(昼食とおやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	金		おにぎり(昆布・おかか)	米	かつお節	こんぶ
2	土	麦ごはん フルーツ缶 豆腐チャンプルー じゃがいもとポークのはさみ揚げ そうめん汁	麦茶 パイナップルケーキ	米、じゃがいも、小麦粉、そうめん、パン粉(小麦)、バター(乳)、押麦、油	豆腐、ポーク(乳)、豚肉、卵、牛乳	もも、キャベツ、もやし、パイナップル、にんじん、ねぎ、にら
3	日	🐣*🐣*🐣*🐣*🐣*🐣*🐣*🐣*🐣* お休み				
4	月		おからバナナマフィン	ホットケーキミックス(小麦・乳)、バター(乳)	牛乳、卵、おから	バナナ
5	火		お好み焼き	小麦粉、マヨネーズ(ノンエッグ)	卵、豚肉	キャベツ、ねぎ、あおのり
6	水		おにぎり(しらす・わかめ)	米	しらす干し	わかめ
7	木		ヨーグルト レーズンパン	レーズンパン(小麦・乳・大豆)	ヨーグルト(乳)	
8	金		マーブルケーキ	ホットケーキミックス(小麦・乳)、バター(乳)	牛乳、卵、脱脂粉乳	
9	土	ごはん フルーツ缶 白菜のクリーム煮 スペイン風オムレツ 大根とわかめのスープ	午前保育	米、じゃがいも、オリーブ油、油	卵、鶏肉、牛乳	はくさい、パイナップル、たまねぎ、だいこん、ブロッコリー、にんじん、パプリカ、ほうれんそう、しめじ、コーン、バナナ、わかめ
10	日	お休み				
11	月		豆腐ドーナツ(きなこ)	ホットケーキミックス(小麦・乳)	豆腐、きな粉	
12	火		フレンチトースト	食パン	牛乳、卵	
13	水		おにぎり(手作りふりかけ)	米	なると(大豆・魚)、油揚げ(大豆)、ツナ缶、しらす干し、しゅうまい(小麦・乳・豚・大豆・鶏・ごま)、かつお節	きゅうり、にんじん、切り干しだいこん、ねぎ、こんぶ、いりごま、りんご、あおのり
14	木		黒糖ぼうろ	ホットケーキミックス(小麦・乳)、黒糖	牛乳、卵	
15	金		コロッケ	コロッケ(小麦)		
16	土	麦ごはん ウエハース チキンカツ ほうれん草のごま和え チムシンジ	フライドポテト(青のり) 小魚(ごま)	米、フライドポテト、じゃがいも、パン粉(小麦)、小麦粉、押麦、油、ウエハース(小麦・乳・卵・大豆・セラチン)、ごま油	鶏肉、豚レバー、みそ、豚肉、卵、小魚(魚・ごま)	ほうれんそう、もやし、だいこん、にんじん、ねぎ、ごま、あおのり、にんにく



2023年 12月 予定献立表



この花ナーサリ学童クラブ

日	曜	昼食献立名	おやつ	材料（昼食とおやつ）		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17	日	お休み				
18	月		ココア蒸しパン	ホットケーキミックス (小麦・乳)	牛乳、卵	
19	火		芋てんぷら	さつまいも、小麦粉、油	卵	
20	水		いなり寿司 (3歳児〜)	米	油揚げ	
21	木		まめびよ クリスマスドーナツ	ドーナツ (小麦・乳・ 卵・大豆)	まめびよ (大豆)	
22	金		支那そばチャンプルー チーズ	沖縄そば	ツナ缶、チーズ (Fe・ Ca)	たまねぎ、にら
23	土	麦ごはん ピザパーク 野菜炒め 白菜スープ	フルーツ缶 乳酸菌飲料 ホットケーキ	米、ホットケーキミックス (小麦・乳)、メープ ルシロップ、押麦、油、 パン粉 (小麦)	牛豚合びき肉、揚げ豆 腐、牛乳、卵、豚肉、 チーズ (乳)	パイナップル、キャベツ、 たまねぎ、もやし、はくさい、 にんじん、ピーマン、 コーン、にら
24	日	 お休み 				
25	月		ココアブラウニー	小麦粉、油、粉糖	牛乳、卵	みかん、たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム、フ ロッコリー、キャベツ、 コーン、きゅうり
26	火	あわごはん 白身魚フライ・タルタルソース 厚揚げと大根の煮物 みそ汁 (白菜・しめじ)	くだもの 牛乳 コーンフレーク	米、コーンフレーク (乳・大豆)、マヨネー ズ (ノンエッグ)、き び、油、片栗粉	牛乳、揚げ豆腐、豚肉、 卵、みそ、白身魚フライ (魚・小麦・大豆)	だいこん、はくさい、にん じん、いんげん、たまね ぎ、しめじ、きゅうり、し いたけ、オレンジ
27	水	麦ごはん 豚肉のしょうが炒め キャベツとササミのサラダ みそ汁 (だいこん・ねぎ)	くだもの ハムチーズサンド	米、ごまドレッシング (ごま・卵)、押麦、 油、食パン (小麦)	豚肉、ささ身、チーズ、 みそ、赤ハム (鶏・豚・ 大豆・乳)	たまねぎ、キャベツ、ピー マン、にんじん、だいこ ん、きゅうり、ねぎ、しょ うが、バナナ
28	木	年越しそば ほうれんそうの白和え くだもの	クファージュシー	沖縄そば (小麦・大 豆)、米	豆腐、豚三枚肉、豚だし 骨、かまぼこ (大豆・ 魚)、豚肉	ほうれんそう、にんじん、 ねぎ、にら、みかん、しい たけ、ひじき
29	金	年末休み (休園) ☆良いお年をお過ごしください☆				
30	土					
31	日					



※ 児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。