



Menu 2021.12.1-15 Ayame nursery school

日	曜	副 食	食 材	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1	水	肉じゃが さつまいもの天ぷら チーズ 小松菜の味噌汁	豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しらたき、グリーンピース、三温糖、しょうゆ、サラダ油、さつまいも、天ぷら粉、プロセスチーズ、こまつな、かぼちゃ、たまねぎ、わかめ、しいたけ、煮干し、麦みそ	牛乳 パイン缶	牛乳 スティック野菜
2	木	千草焼き トマトのサラダ 枝豆 油揚げのみそ汁	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、乾しいたけ、たけのこ(水煮)、グリーンピース、卵、だし汁、料理酒、しょうゆ、みりん風調味料、サラダ油、トマト、にんじん、きゅうり、黄ピーマン、QP和風しょうゆごまドレッシング、えだまめ(冷凍)、油揚げ、えのきたけ、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、麦みそ、煮干し、ほうれんそう	牛乳 サッポロポテト	牛乳 コーンフレーククッキー
3	金	ごはんの日 きのこカレー じゃがいもの粉ふき	大根と赤ピーマンのサラダ キウイ ヤクルト	牛乳 ミニボルガ	牛乳 雪の宿
4	土	第65回 あやめほいくえん おゆうぎかい			
6	月	白身魚のピザ焼き ほうれん草のごま和え パイン 豆腐のみそ汁	白身魚、ピーマン、たまねぎ、しいたけ、コンソメ、とろけるチーズ、トマトケチャップ、サラダ油、ほうれんそう、にんじん、きゃべつ、ごま、三温糖、しょうゆ、パインアップル、木綿豆腐、わかめ、たまねぎ、しめじ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 星たべよ	スキムミルク じゃがまる
7	火	かに玉 マカロニサラダ 枝豆 肉団子のスープ	卵、かに風味かまぼこ、乾しいたけ、長ねぎ、たけのこ(水煮)、にんじん、鳥がらだし、三温糖、うすくちしょうゆ、片栗粉、グリーンピース、ごま油、マカロニ、にんじん、ホールコーン缶、きゅうり、マヨネーズ、えだまめ(冷凍)、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、たまねぎ、長ねぎ、こまつな	牛乳 オレンジ	スキムミルク ゴマラスク
8	水	ちゃんぽん 五目卵焼き バナナ	豚肉、中華めん、むきえび、いか、乾しいたけ、さくらげ、板付かまぼこ、きゃべつ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、長ねぎ、スキムミルク、中華スープ、サラダ油、卵、芽ひじき、たけのこ、さやいんげん、にんじん、たまねぎ、木綿豆腐、豆乳、しょうゆ、三温糖、バナナ	牛乳 リンゴ	牛乳 南瓜のスイートポテト
9	木	ピーマンの肉詰め ほうれん草とひじきのサラダ チーズ 厚揚げのみそ汁	合挽肉、たまねぎ、かぼちゃ、しいたけ、卵、パン粉、牛乳、豆乳、ピーマン、トマトケチャップ、カレー粉、ほうれんそう、芽ひじき、しょうゆ、ツナ缶、ホールコーン缶、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、プロセスチーズ、厚揚げ、しめじ、たまねぎ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 ウエハース	牛乳 黒糖小魚 みかん
10	金	白身魚の煮付け 五色和え キウイ ふわふわスープ	白身魚、しょうが、じゃがいも、にんじん、三温糖、しょうゆ、きゃべつ、ほうれんそう、にんじん、もやし、ロースハム、しょうゆ、酢、三温糖、ごま油、キウイフルーツ、長ねぎ、えのきたけ、わかめ、卵、中華だし、こねぎ	牛乳 ビスケット	牛乳 黄粉白玉
11	土	エビとじゃがいもの豆乳キッシュ キャベツのおかか和え ミニトマト 大根スープ	むきえび、じゃがいも、たまねぎ、ミックスベジタブル、とろけるチーズ、卵、豆乳、バター、塩こしょう、トマトケチャップ、サラダ油、きゃべつ、もやし、焼き竹輪、にんじん、ごま、三温糖、しょうゆ、かつお節、ミニトマト、だいこん、たまねぎ、にんじん、いんげんまめ、コンソメ	牛乳 バナナ	牛乳 メロンパン
13	月	鮭のタルタル焼き 卵の花 オレンジ じゃが芋のみそ汁	鮭、塩こしょう、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、マヨネーズ、おから、板こんにゃく、乾しいたけ、にんじん、さつま揚げ、こねぎ、しょうゆ、三温糖、サラダ油、ネーブル、じゃがいも、しめじ、たまねぎ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 バームロール	スキムミルク マーブルクッキー
14	火	白身魚のレモン焼き 南瓜のサラダ キウイ 呉汁	白身魚、三温糖、うすくちしょうゆ、みりん風調味料、料理酒、レモン、かぼちゃ、さつまいも、いんげんまめ、ツナ缶、ゆで卵、マヨネーズ、キウイフルーツ、豚肉、にんじん、だいこん、さといも、ささがきごぼう、だいず(水煮)、板こんにゃく、煮干し、麦みそ、こねぎ、サラダ油	牛乳 白桃缶	牛乳 プリアンケーキ
15	水	たんたんめん ごぼうと切り干し大根の煮物 バナナ	豚ひき肉、しょうが、たまねぎ、きゅうり、そうめん、こねぎ、めんつゆ、豆乳、ねりごま、ごま油、ささがきごぼう、にんじん、油揚げ、切り干しだいこん、芽ひじき、さやいんげん、しょうゆ、三温糖、サラダ油、バナナ	牛乳 かつばえびせん	牛乳 やさいのおやき

