



Menu 2022.12.16-31 Ayame nursery school

日	曜	副 食	食 材	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
16	金	鮭の黄金焼き ごぼうと切り干し大根の煮物 枝豆 野菜たっぷりみそ汁	鮭、塩こしょう、みそ、マヨネーズ、卵黄、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、えだまめ(冷凍)、きゃべつ、たまねぎ、しめじ、わかめ、油揚げ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 オレンジ	スキムミルク ゴマとチーズの スティックケーキ
17	土	バーベキューチキン けんちん煮 パン ごぼうのみそ汁	鶏肉、トマトケチャップ、中濃ソース、三温糖、豚肉、だいこん、にんじん、しめじ、木綿豆腐、しょうゆ、グリーンピース、パインアップル、ごぼう、たまねぎ、わかめ、さつまいも、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 リンゴ	牛乳 ホットドック
19	月	さつまいもの豆乳オムレツ 白菜のごま和え ミニトマト 人参のポターージュ	ツナ缶、たまねぎ、にんじん、ピーマン、さつまいも、塩こしょう、卵、豆乳、トマトケチャップ、はくさい、焼き竹輪、きゅうり、にんじん、ごま、三温糖、しょうゆ、ミニトマト、にんじん、たまねぎ、バター(無塩)、じゃがいも、コンソメ、牛乳、パセリ	牛乳 キウイ	スキムミルク おからクッキー
20	火	 ピザ風おにぎり ピーンスサラダ ミニゼリー	メンチカツ みかん きのこのスープ	 牛乳 白い風船	牛乳 フロランタン風パン
21	水	白身魚のレモン焼き 具たくさん白和え バナナ さつまいのみそ汁	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、じゃがいも、ほうれんそう、板付かまぼこ、にんじん、しらたき、ごま、木綿豆腐、みそ、バナナ、さつまいも、たまねぎ、しいたけ、わかめ、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 リンゴ	牛乳 ひじきおにぎり
22	木	白身魚のムニエル 五色和え オレンジ かぼちゃのクリームシチュー	白身魚、小麦粉、バター(無塩)、塩こしょう、きゃべつ、にんじん、ほうれんそう、もやし、ロースハム、しょうゆ、酢、三温糖、ごま油、ごま、ネーブル、鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、ミックスベジタブル、しめじ、ブロッコリー、かぼちゃ、豆乳、牛乳、シチュー、サラダ油	牛乳 ビスコ	牛乳 プアマンケーキ
23	金	鶏の照り焼き 三色やさいのナムル パン 小松菜のグリーンスープ	鶏肉、うすくちしょうゆ、三温糖、みりん風調味料、ほうれんそう、もやし、きゅうり、にんじん、しょうゆ、鳥がらだし、ごま油、ごま、パインアップル、こまつな、バター(無塩)、たまねぎ、じゃがいも、牛乳、豆乳、コンソメ	牛乳 ミニボルガ	スキムミルク ソフールヨーグルト
24	土	 食育の日・おもちつき会 ※おかず入りのおべんとうをおねがいします		牛乳 どうぶつビスケット	牛乳 いももち
26	月	白身魚のフライタルソース きゅうりとパプリカの酢の物 みかん 小松菜の味噌汁	白身魚、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、塩こしょう、マヨネーズ、きゅうり、赤ピーマン、ちりめんじゃこ、わかめ、にんじん、酢、三温糖、うすくちしょうゆ、ごま、みかん、こまつな、かぼちゃ、えのきたけ、たまねぎ、わかめ、煮干し、麦みそ	牛乳 リンゴ	スキムミルク ゴマゴマクッキー
27	火	豚肉のピカタ ほうれん草のごま和え ミニトマト 厚揚げのみそ汁	豚肉、卵、小麦粉、パセリ、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、ごま、三温糖、しょうゆ、ミニトマト、厚揚げ、たまねぎ、にんじん、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 かっぱえびせん	牛乳 りんごのスコーン
28	水	年越しうどん 竹輪のいそべ揚げ ブロッコリー バナナ	うどん、油揚げ、板付かまぼこ、わかめ、鶏肉、こねぎ、煮干、かつお節、うすくちしょうゆ、焼き竹輪、小麦粉、あおのり、サラダ油、ブロッコリー、バナナ	牛乳 スナックスティック	牛乳 カルシウムせんべい

