



Menu 2024.12.16-31 Ayame nursery school

| 日 | 曜 | 副 食 | 食 材 | お や つ | |
|----|---|---|---|---------------------|-----------------------------|
| | | | | 10時(未満児) | 3時(共通) |
| 16 | 月 | かぼちゃのオムレツ ビーンズサラダ みかん 大根のココロスープ | 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼ ちゃ、卵、牛乳、トマトケチャップ、ビーンズミック ス、えだまめ、芽ひじき、きゅうり、にんじん、しょ うゆ、三温糖、マヨネーズ、みかん、だいこん、しめ じ、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、コンソメ | 牛乳 キウイ | スキムミルク マーブルクッキー |
| 17 | 火 |  コーンごはん 五色和え ブロッコリー | ツナマカロニグラタン フライドポテト ミニゼリー オニオンスープ | 牛乳 白い風船 | 牛乳 ほうれん草のケー キ |
| 18 | 水 | 鶏の照り焼き じゃがいもの金平 バナナ ミニトマト 厚揚げのみそ汁 | 鶏肉、うすくちしょうゆ、三温糖、みりん風調味料、 じゃがいも、ピーマン、にんじん、エリンギ、しらた き、ごま油、しょうゆ、ごま、バナナ、ミニトマト、 厚揚げ、たまねぎ、しいたけ、にんじん、わかめ、麦 みそ、煮干し、ほうれんそう | 牛乳 カルシウムせんべ い | 牛乳 ハムチーズ サンドイッチ |
| 19 | 木 | エビとじゃがいもの豆乳キッ シュ きゅうりとパプリカの酢の物 パイン きのこのスープ | 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(無塩)、塩こしょう、トマトケ チャップ、サラダ油、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、パインアップル、しめじ、えのきたけ、しいたけ、たまね ぎ、こねぎ、コンソメ | 牛乳 マンナ | 牛乳 ゴマ団子 |
| 20 | 金 | 鮭の黄金焼き 貝たくさん白和え 枝豆 呉汁 | 鮭、塩こしょう、米みそ、マヨネーズ、卵黄、じゃが いも、ほうれんそう、にんじん、焼き竹輪、かまぼ こ、ごま、木綿豆腐、米みそ、三温糖、うすくちしょ うゆ、えだまめ、豚肉、だいこん、にんじん、さつま いも、ささがきごぼう、だいず(水煮)、板こんにゃ く、煮干し、こねぎ、サラダ油 | 牛乳 オレンジ | スキムミルク ミニボルガ |
| 21 | 土 |  食 育 の 日 ※おかず入りのおべんとうをおねがいします | | 牛乳 ハイハイ | 牛乳 いももち |
| 23 | 月 | ポークチャップ ほうれん草とひじきのサラダ キウイ 白菜のみそ汁 | 豚肉-かた、にんじん、たまねぎ、しめじ、エリンギ、ほうれん そう、トマトケチャップ、ウスターソース、コンソメ、サラダ 油、芽ひじき、しょうゆ、ツナ缶、にんじん、ホールコー ン缶、きゅうり、ほうれんそう、マヨネーズ、キウイフルーツ、 はくさい、しいたけ、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、煮干 し、麦みそ、こまつな | 牛乳 かっぱえびせん | スキムミルク りんごとさつま いのマフィン |
| 24 | 火 | かに玉 三色やさいのナムル みかん 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、烏がらだし、三温糖、うすく ちしょうゆ、かたくり粉、グリーンピース、ごま油、 ほうれんそう、もやし、きゅうり、にんじん、しょう ゆ、三温糖、ごま、みかん、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、 たまねぎ、こまつな、鶏がらだし | 牛乳 バターロール | 牛乳 じゃがまる |
| 25 | 水 | 白身魚のフライ 大根と赤ピーマンのサラダ ミニトマト 小松菜の味噌汁 | 白身魚、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、だい こん、きゅうり、赤ピーマン、ピーマン、QP和 風しょうゆごまドレッシング、ミニトマト、こ まつな、たまねぎ、えのきたけ、しいたけ、か ぼちゃ、わかめ、煮干し、麦みそ | 牛乳 バナナ | 牛乳 おからクッキー |
| 26 | 木 | バーベキューチキン ごぼうと切り干し大根の煮物 リンゴ 油揚げのみそ汁 | 鶏肉、トマトケチャップ、中濃ソース、三温糖、ささ がきごぼう、にんじん、さつま揚げ、切り干しだい こん、芽ひじき、さやいんげん、しょうゆ、サラダ油、 りんご、油揚げ、えのきたけ、たまねぎ、わかめ、麦 みそ、煮干し、ほうれんそう | 牛乳 キウイ | 牛乳 コッパン |
| 27 | 金 | 白身魚のレモン焼き ほうれん草とハムの卵炒め 納豆と小松菜の和え物 パイン じゃが芋のみそ汁 | 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、ほうれんそう、ロースハム、た まねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、卵、塩こ しょう、挽きわり納豆、こまつな、パインアップル、 じゃがいも、わかめ、たまねぎ、麦みそ、煮干し、こ ねぎ | 牛乳 ビスコ | 牛乳 ゴマとチーズのス ティックケーキ |
| 28 | 土 | 年越しうどん 卵の花 ちくわのいそ揚げ バナナ | うどん、油揚げ、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、お から、にんじん、板こんにゃく、乾しいたけ、 さつま揚げ、こねぎ、しょうゆ、三温糖、サラ ダ油、焼き竹輪、小麦粉、あおりの、バナナ | 牛乳 白桃缶 | 牛乳 どうぶつポーロ |

