



# 2019年12月 朝食・夕食予定献立表

瑞江わんぱく保育園



日	曜日	朝食	材料	夕食	材料
6	金			ごはん コンソメスープ さわらのムニエル ほうれん草のソテー フルーツ	米 白菜・しめじ さわら・小麦粉・バター・ケチャップ ハム・ほうれん草・玉ねぎ・コーン フルーツ
7	土	パン ミネストローネ ジャーマンポテト ショア	食パン・ジャム マカロニ・人参・玉ねぎ・カットトマト・ドライパセリ ウインナー・じゃが芋・玉ねぎ・ドライパセリ ショア		
13	金			ごはん 味噌汁 たらの甘辛焼き ひじきの煮物 フルーツ	米 麩・難が葱 たら 大豆水煮・ひじき・人参・干し椎茸・絹さや フルーツ
14	土	パン チャウダー 具沢山オムレツ ショア	食パン・ジャム ウインナー・カリフラワー・玉ねぎ・人参・バター・小麦粉・牛乳・ドライパセリ 玉ねぎ・人参・グリーンピース・卵・ケチャップ・ブロッコリー ショア		
20	金			ごはん 味噌汁 たらのマヨドレ焼き 小松菜の和え物 フルーツ	米 麩・絹さや たら・小麦粉・マヨドレ・玉ねぎ・ドライパセリ 小松菜・人参・えのき・かつお節 フルーツ
21	土	ハムチーズサンド コーンポタージュ 洋風たまご焼き ショア	食パン・バター・マヨドレ・胡瓜・ハム・チーズ 玉ねぎ・牛乳・クリームコーン缶・コーン・片栗粉・ドライパセリ 卵・牛乳・玉ねぎ・ほうれん草・ケチャップ・ブロッコリー ショア		
27	金			ごはん 味噌汁 赤魚の野菜あんかけ ほうれん草の海苔和え フルーツ	米 わかめ・玉ねぎ 赤魚・玉ねぎ・パプリカ・青梗菜・しめじ・片栗粉 ほうれん草・人参・海苔 フルーツ
28	土	パン ミネストローネ ジャーマンポテト ショア	食パン・ジャム マカロニ・人参・玉ねぎ・カットトマト・ドライパセリ ウインナー・じゃが芋・玉ねぎ・ドライパセリ ショア		

\*材料の入荷状況や・配達・天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。  
 \*だし汁には・かつお節・昆布・煮干しを使用しています。  
 \*調味料として・醤油・三温糖・塩・味噌・サラダ油・ゴマ油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。  
 \*今月のフルーツは・バナナ・りんご・オレンジ・グレープフルーツを使用する予定です。