

平成28年
12月

保育園給食献立表

長久手市立長久手給食センター

曜日	献立名	牛乳・ジャム その他	材 料 名 など	主 食	おやつ
1 木	ポーク・ビーフ・ソーダ	よいこ牛乳 ブルーベリージャム ごまドレッシング	豚も肉・大豆・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・ピーマン・パセリ・ 粉チーズ／ごぼう・まぐろ油漬け・にんじん・大根・きゅうり・ とうもろこし・ごま	スライスパン	動物園クッキー
2 金	沢庵・昆布・煮干し・和が焼	よいこ牛乳	大根・茎わかめ・鶏も肉・にんじん・豆腐・ねぎ／ キャベツ・きゅうり・塩ふき昆布／ 豚も肉・にんじん・たまねぎ・しょうが	ごはん	かみかみおやつ 2～5歳児：お豆腐屋さんかんりとう 0.1歳児：かぼちゃボーロ
3 土	みか・りんご・バナナ	土曜日牛乳		おにぎり	
5 月	根おろし・菜の花・塩焼	よいこ牛乳	大根・にんじん・里芋・ごぼう・豆腐・ねぎ／ ほうれん草・にんじん・油揚げ・ちくわ	ごはん	おからのケーキ
6 火	海苔・鮮魚・中華・飯	よいこ牛乳	豚も肉・はくさい・にんじん・たまねぎ・干しいたけ・あさり・ いか・えび・ごま・ごま油／さつま芋	ごはん（各園炊飯）	カルテツおさかなサブレ
7 水	のり・揚げ・みそ・炒め	よいこ牛乳	里芋・大根・にんじん・ちくわ・こんにゃく・ごぼう・干しいたけ・ ねぎ／ 豚ひき肉・生揚げ・にんじん・たまねぎ・干しいたけ・いんげん	ごはん	小魚ぼんせん
8 木	パンプキン・ポタージュ	よいこ牛乳	たまねぎ・かぼちゃ・鶏も肉・マッシュルーム・粉チーズ・バター・ スキムミルク／ キャベツ・きゅうり・とうもろこし・鶏ささみ	ロールパン	カルテツスティック菓子
9 金	高野豆腐・煮付け物	よいこ牛乳 ミニゼリー（りんご）	鶏も肉・高野豆腐・にんじん・干しいたけ・ちくわ・いんげん／ きゅうり・わかめ・しらす干し	ごはん	カルテツウエハース 発酵乳
10 土	ソーセージ・ミニトマト	白桃豆乳		エッグパン	
12 月	ワンタン・スーパ	よいこ牛乳	豚も肉・チンゲン菜・にんじん・干しいたけ・ワンタン・ねぎ／ ハム・もやし・ほうれん草・にんじん・ごま・ごま油	ごはん	カステラドッグ
13 火	お豆腐・ドライカレー	よいこ牛乳	豚ひき肉・にんじん・たまねぎ・大豆／ ベーコン・キャベツ・きゅうり・にんじん・チーズ／ 黄桃・みかん・パイン・りんご	ごはん（各園炊飯）	カルテツゴフレット 発酵乳
14 水	関東煮・東のま和	よいこ牛乳	大根・こんにゃく・里芋・うずら卵・はんぺん・かのもどき・昆布・ 鶏も肉／ まな・小松菜・もやし・ごま	ごはん	ねじり揚げ 野菜＆果物ジュース
15 木	五目・お豆腐・揚げ	よいこ牛乳	鶏も肉・にんじん・油揚げ・かまぼこ・干しいたけ・はくさい・ ねぎ・あさり・いか／ キャベツ・千切り大根漬・ごま	白玉うどん	なかよしせんべい
16 金	肉・お豆腐・子羊・汁	よいこ牛乳 マヨネーズ	鶏肉団子・たまねぎ・はくさい・にんじん・ねぎ・しょうが／ ハム・きゅうり・かぼちゃ・にんじん／ 鶏ささみ・ねぎ・にんじん・干しいたけ・レモン果汁	ごはん	ブルーヨーグルト
17 土	一口・チー	土曜日牛乳		おにぎり	
19 月	カツ・レー・ライ	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豚も肉・バター・スキムミルク・ バナナ・りんご・粉チーズ／ キャベツ・きゅうり・まぐろ油漬け	ごはん	お米のタルト
20 火	コンソメ・スープ	よいこ牛乳 きざみのり	ベーコン・たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ／ スパゲッティ・鶏むね肉・たまねぎ・しめじ・マッシュルーム・ えのきたけ・あさり・にんじん・ねぎ・バター	ロールパン	かぼちゃプリン
21 水	すまし・豆・さ・汁	よいこ牛乳	豆腐・えのきたけ・にんじん・ほうれん草・干しいたけ・かまぼこ／ 大豆・ベーコン・キャベツ・きゅうり・にんじん／ かぼちゃ・豚ひき肉・いんげん	ごはん	ブルーベリーゼリー
22 木	鶏肉・トン・マ・煮	よいこ牛乳 いちごジャム	鶏も肉・たまねぎ・黄ピーマン・パセリ・バター／ ハム・きゅうり・かぼちゃ・きゅうり・にんじん・マッシュルーム・ 鶏ささみ・たまねぎ・マカロニ・粉チーズ・パセリ・バター	スライスパン	クリスマスデザート
24 土	型・抜き・チー	土曜日牛乳		おにぎり	
26 月	あさりの炊き込みごはん	よいこ牛乳	米・あさり・にんじん・ごぼう・干しいたけ・しょうが／きしめん・豚も肉・ かまぼこ・油揚げ・にんじん・ほうれん草・ねぎ・干しいたけ／こんにゃく・ ごぼう・ピーマン・にんじん・いんげん・鶏も肉・ごま・ごま油	あさりの炊き込みごはん	ヨーグルト
27 火	コシヒカリ・白菜・ミル	よいこ牛乳	米・鶏も肉・とうもろこし・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・ グリーンピース／ さけ・はくさい・たまねぎ・ほうれん草・バター・スキムミルク	コーンピラフ	カリボテミニ
28 水	委託・弁当	よいこ牛乳	焼きとり／おさつコロッケ／大根そぼろ煮／小松菜のさつと煮／ たまごふりかけ／みかんゼリー	ごはん	水族館クッキー

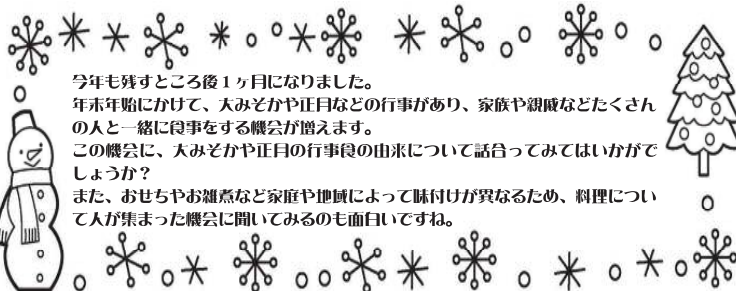
12/14（水）の「まなのごま和え」のまなは長久手市でとれたものです。

冬至 今年21日

冬至は、1年のうちで、もっとも昼が短く、夜がもっとも長い日です。また、冬至をすぎると、これまで短くなっていた日が長くなっていくことから、太陽がよみがえる日とも考えられていました。

冬至には、かぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりします。かぼちゃを食べるとかぜの予防になるといわれています。また、ゆず湯に入るとかぜをひかないともいわれています。

給食でもかぼちゃを使った献立を出します。21日は「かぼちゃのそぼろ煮」です。



今年も残すところ後1ヶ月になりました。
年末年始にかけて、大みそかや正月などの行事があり、家族や親戚などたくさんの人と一緒に食事をする機会が増えます。
この機会に、大みそかや正月の行事食の由来について話合ってみてはいかがでしょうか？
また、おせちやお雑煮など家庭や地域によって味付けが異なるため、料理について人が集まった機会に聞いてみるのも面白いですね。

都合により食材を変更をさせていただく場合があります。

アレルギー用献立表はホームページに掲載されています。参考にして下さい。

古紙を含んだ再生紙を使用しています。白色度70%前後。

材料名は献立別に記入してあります。

血や肉や骨になる食品…肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など
働く力や体温となる食品…パン・ごはん・うどん・いも・油など
体の調子をととのえる食品…野菜・果物など

食事は楽しく バランスよく