

2号認定  
保護者各位



# 12月のこんだて



第11-14号  
令和3年11月29日(月)  
学校法人小檜山学園  
認定こども園  
三沢第一幼稚園  
園長 馬場美奈子

日	曜日	献立名	主な材料
1	水	揚げしゅうまい・ごぼうサラダ 玉葱の味噌汁・フルーツ・牛乳	しゅうまい/ツナ、ごぼう、人参、レタス、コーン、マヨネーズ トマト/玉葱、にら、えのき茸、みそ、煮干
2	木	めだまやき・チンゲン菜ソテー 大根の味噌汁・フルーツ・麦茶	卵/鶏肉、チンゲン菜、玉葱、人参、しめじ/大根、厚揚げ 水菜、みそ、煮干
3	金	鯖の煮付・春菊とゆで豚の和え物 かぶの味噌汁・フルーツ・麦茶	サバ、生姜、長葱/春菊、キャベツ、人参、豚肉、海苔/ かぶ、なめこ、みそ、煮干
4	土	☆生活発表会☆	
5	日	休園	
⑥	月	ジャムサンド・ウインナーとブロッコリーのソテー レタススープ・フルーツ・牛乳	ロールパン、ジャム/ウインナー、ブロッコリー、玉葱、えのき茸 コーン/レタス、人参、きくらげ
7	火	麻婆豆腐・南瓜煮 小松菜の味噌汁・フルーツ・麦茶	豆腐、豚挽肉、玉葱、人参、椎茸、グリーンピース、麻婆の素/ 南瓜/小松菜、大根、卵、みそ、煮干
8	水	じゃが芋とひじきの煮物・きゅうりもみ 舞茸の味噌汁・フルーツ・麦茶	豚肉、じゃが芋、ひじき、玉葱、人参、糸こんに、いんげん/胡瓜/ 舞茸、ちくわ、小葱、みそ、煮干
9	木	焼鮭・茄子とピーマンの味噌炒め わかめのすまし汁・フルーツ・麦茶	サケ/鶏肉、茄子、ピーマン、パプリカ、しめじ、みそ/ わかめ、豆腐、長葱
10	金	白菜のシチュー・卵サラダ フルーツ・麦茶	ベーコン、白菜、玉葱、人参、マッシュルーム、アスパラ、シチュールウ 牛乳/卵、ほうれん草、人参、お魚ソーセージ、マヨネーズ
11	土	焼き餃子・キャベツの胡麻和え チンゲン菜の味噌汁・フルーツ・麦茶	餃子/キャベツ、人参、胡麻/チンゲン菜、厚揚げ、みそ、煮干
12	日	休園	
⑬	月	きつねうどん・れんこんとさつま芋の天ぷら・トマト フルーツ・麦茶	うどん、油揚げ、ほうれん草、なると/れんこん、さつま芋 天ぷら粉/トマト
14	火	三色納豆・切干大根の煮付 里芋の味噌汁・フルーツ・麦茶	納豆、ハム、チーズ、おくら/豚肉、切干大根、人参、椎茸 さつま揚げ/里芋、水菜、卵、みそ、煮干
15	水	誕生会・・・ゼリーがつかます 手作り弁当の日(牛乳が出ます)	
16	木	餅つき会・・・餅(きなこ・あんこ・しょうゆ)・もやしのお浸し 鶏汁・フルーツ・麦茶	餅、きなこ、あんこ、のり/もやし、ブロッコリー、ちくわ、かつおぶし/ 鶏肉、ごぼう、玉葱、人参、糸こんに、しめじ、小松菜、板麩
17	金	シーフードカレー・春雨サラダ フルーツ・麦茶	いか、えび、じゃが芋、玉葱、ミックスベジタブル、カレールウ 牛乳、福神漬/春雨、わかめ、胡瓜、人参、かにかま
18	土	ホッケの塩焼・かぶのそぼろ煮 茄子の味噌汁・フルーツ・麦茶	ホッケ/かぶ、人参、鶏挽肉、片栗粉/茄子、えのき茸、みそ 煮干
19	日	休園	
⑳	月	スパゲティナポリタン・ゆで卵 チンゲン菜スープ・フルーツ・麦茶	スパゲティ、豚肉、玉葱、人参、パプリカ、ピーマン マッシュルーム、ケチャップ、粉チーズ/卵/チンゲン菜、筍
㉑	火	サンドイッチ・ポテト・ブロッコリーサラダ コーンスープ・プリン・麦茶	食パン、ハム、マーガリン、ジャム/ポテト/ブロッコリー、トマト 人参、マヨネーズ/コーン、牛乳/プリン、生クリーム
22	水	秋刀魚の塩焼・南瓜のいとこ煮 れんこんの味噌汁・フルーツ・牛乳	サンマ/南瓜、小豆/れんこん、人参、こんにやく、小葱、みそ 煮干
23	木	肉豆腐・小松菜のお浸し・ふりかけ わかめの味噌汁・フルーツ・麦茶	豆腐、豚肉、ごぼう、人参/小松菜/ごましおふりかけ/ わかめ、大根、みそ、煮干
24	金	鶏肉の甘辛煮・チーズ炒り卵 白菜の味噌汁・フルーツヨーグルト・麦茶	鶏肉/チーズ、アスパラ、卵/白菜、高野豆腐、人参、みそ 煮干/みかん缶、もも缶、パイン缶、いちご、ヨーグルト
25	土	ウインナー入りもやし炒め・さつま芋煮 なめこの味噌汁・フルーツ・麦茶	ウインナー、もやし、人参、椎茸、にら/さつま芋/なめこ、玉葱 厚揚げ、みそ、煮干
26	日	休園	
㉗	月	柚子香うどん・卵焼き・枝豆・トマト フルーツ・麦茶	うどん、鶏肉、長葱、人参、舞茸、柚子、昆布、かまぼこ/卵/ 枝豆/トマト
28	火	鱈のムニエル・ベーコンとほうれん草のソテー じゃが芋の味噌汁・フルーツ・麦茶	タラ、小麦粉/ベーコン、ほうれん草、玉葱、人参、きくらげ/ じゃが芋、わかめ、豆腐、みそ、煮干
29	水	休園	
30	木	休園	
31	金	休園	

※ ○がついている日は、ご飯はいりません。食物アレルギーをもつお子様には、代替食を提供します。