

2023年12月 ぴっぴ給食・おやつ献立表

月	火	水	木	金
				1
				*ごはん *煮魚 *彩りおかか和え *みそ汁 *精白米 *鰹 *小松菜・人参・コーン缶・もやし 鰹節 おやつ：フルーツ寒 寒天・リゾット・ミカ缶・バナナ
4	5	6	7	8
*ごはん *すき焼き風煮 *温野菜サラダ *みそ汁 *精白米 *豚肉・豆腐・白菜・心 玉ねぎ・えのき *ブロッコリー・南瓜・人参 ごま・ボン酢 おやつ：パン かにパン	*ごはん *豚玉煮 *大豆のトリオ煮 *みそ汁 *りんご *精白米 *豚肉・玉ねぎ・えのき *高野豆腐・人参・大豆 うすあげ・えのき・ツナ缶 *りんご おやつ：お菓子	*ピピンパ *ビーフンサラダ *わかめスープ *バナナ *精白米・豚ミンチ・ごま もやし・人参 *ビーフン・人参・ツナ缶 コーン缶・すし酢・ゴマ油 *わかめ・しめじ・大根・豆腐 ごま油 *バナナ おやつ：フライドポテト ジャガイモ・青のり	*のりごはん *麻婆豆腐 *もやしのおかか和え *春雨スープ *精白米・刻みのり *豚ミンチ・豆腐・ねぎ しいたけ・生姜・ごま油 *もやし・人参・鰹節 *春雨・豆腐・えのき・わかめ 大根 おやつ：きなこマカロニ マカロニ・きなこ	*ハヤシライス *マカロニサラダ *田舎風スープ *ゼリー *精白米・豚肉・玉ねぎ・ルー しめじ・人参・トマトジュレ *ブロッコリー・マカロニ ツナ缶・ボン酢 *玉ねぎ・キャベツ・しめじ 南瓜 *かんでんゼリー おやつ：人参のパンケーキ 餅つき・ミカ缶・豆乳・人参
11	12	13	14	15
*ごはん *ムニエル *ひじき和え物 *みそ汁 *精白米 *鮭 *小松菜・ひじき・人参・えのき コーン缶・ごま おやつ：煮込みマカロニ マカロニ・人参・玉ねぎ・トマト汁	*ごはん *豚肉とさつまいもきんぴら *小松菜ジャコ炒め *けんちん汁 *精白米 *さつまいも・豚肉・人参・ツナ缶 *小松菜・えのき・ジャコ・ごま ごま油 *えのき・人参・大根・豆腐 うすあげ おやつ：果物 バナナ	*ひじきのドライカレー *南瓜サラダ *玉ねぎスープ *パン缶 *精白米・ひじき・人参・玉ねぎ 豚ミンチ・加・粉・ケチャップ *南瓜・人参・ツナ缶 *玉ねぎ・しめじ・大根 豆腐 *パン缶 おやつ：蒸しパン 餅つき・ミカ缶・豆乳	*パン *コーンシチュー *チリコンカン *さつまいも甘煮 *ゼリー *パン *カレー缶・じゃが芋・人参 玉ねぎ・しめじ・マカロニ・バナナ *豚ミンチ・玉ねぎ・大豆・人参 しめじ・トマトジュレ・ケチャップ *さつまいも *かんでんゼリー おやつ：鮭ごはん 精白米・鮭フレーク	*ゆかりごはん *豆腐チャンプルー *ポテトサラダ *みそ汁 *みかん *精白米・ゆかり *豚肉・豆腐・もやし・人参 鰹節・ごま *じゃが芋・人参・ツナ缶 ボン酢 *みかん おやつ：豆乳フレンチトースト 食パン・豆乳
18	19	20	21	22
*カレーライス *ブロッコリーサラダ *きのこスープ *みかん缶 *精白米・豚肉・じゃが芋 人参・玉ねぎ・カレールー *ブロッコリー・マカロニ ツナ缶・ボン酢 *えのき・玉ねぎ・豆腐・しめじ *みかん缶 おやつ：ジャムサンド パン・ジャム	*ごはん *コーンとひき肉の炒め物 *人参おかか和え *すまし汁 *バナナ *精白米 *バナナ *豚ミンチ・コーン缶・人参 玉ねぎ・生姜 *キャベツ・人参・鰹節 *大根・豆腐・えのき・わかめ おやつ：豆腐ドーナツ 餅つき・ミカ缶・豆腐	*パン *ポトフ *南瓜そぼろ煮 *ほうれん草ごま和え *パン *玉ねぎ・人参・じゃが芋 しめじ・バナナ・マカロニ *豚ミンチ・南瓜 *ほうれん草・ごま おやつ：青菜ごはん 精白米・青菜ふりかけ	*ごはん *焼き魚 *キャベツ洋風煮 *みそ汁 *精白米 *鮭 *キャベツ・ブロッコリー・人参 ベーコン おやつ：フルーツポンチ みかん缶・バナナ・リゾット	*ごはん *豚生姜焼き *人参シリシリ *みそ汁 *精白米 *豚肉・玉ねぎ・えのき・生姜 人参・コーン缶・ツナ缶 おやつ：焼き芋 さつまいも
25	26	27	28	29
*ごはん *ボークチャップ *パブリカサラダ *ポテトスープ *りんご *精白米 *豚肉・玉ねぎ・人参 しめじ・ケチャップ *パブリカ・人参・ひじき ツナ缶・コーン缶・ボン酢 *じゃが芋・しめじ・玉ねぎ 豆腐 *りんご おやつ：列強りんご 豆乳カレー 餅つき・ミカ缶・豆乳・いちご	*青菜ごはん *南瓜と豚肉のカレー炒め *ほうれん草のり和え *みそ汁 *精白米・青菜ふりかけ *豚肉・玉ねぎ・南瓜・加・粉 *ほうれん草・ごま・ごま油 刻み海苔 おやつ：大学芋 さつまいも・ごま油	*ごはん *豆腐の鶏そぼろあん *ジャーマンポテト *みそ汁 *精白米 *豆腐・鶏ミンチ・人参 えのき・生姜 *じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン おやつ：果物 バナナ	*ごはん *肉じゃが *小松菜ごま和え *五目にゆう麺 *みかん *精白米 *じゃが芋・豚肉・人参 玉ねぎ・糸コン *小松菜・えのき・ごま *えのき・人参・大根・素麺 うすあげ *みかん おやつ：お菓子 	

*食物アレルギーがある場合は、医師記入の「アレルギー疾患生活管理指導表」の提出が必要です。対応決定までお弁当・おやつは持参していただきます。
 *味噌汁は、旬の野菜・きのこ・イモ類・海藻より2〜3種、大豆製品（豆腐、うすあげ、厚揚げ）など1種を入れていきます。
 *給食・おやつは変更することがあります。変更・追加した場合は、玄関に掲示させていただきます。
 *調味料として使用する塩、砂糖、醤油、味噌、出汁、パイオン、なたね油、粉類は献立表に明記していません。

ランキだより

プレイルームの子たち（1.2才児）は、10月にくまぐみ・うさぎぐみが掘ってきてくれたさつまいもで、茶巾絞りを作りました。ゆでて漬したさつまいもをラップに包み、ギュッギュッとした後、そーっと開けてかぶりついたり、お皿においてスプーンで少しずつ食べたり、それぞれ楽しんでいました。おかわりもたくさんして、いい笑顔もたくさん見せてくれました。普段お芋が苦手な子も美味しそうに食べていましたよ。クリスマスに年末年始、忙しい時期ですが、ちょっとしたクッキングで楽しむのもいいかもしれませんね！

