

令和3年12月分 給食献立表

兵庫教育大学附属幼稚園

月	火	水	木	金							
<p>今年も残すところあと一か月となり、冬休みまであと少しです。寒さが一段と厳しさを増しています。体調をくずさないようしっかり食べて体力をつけましょう。</p> <p>給食費</p> <table border="1"> <tr> <th>幼稚園</th> <th>給食費</th> <th>手数料</th> <th>合計</th> </tr> <tr> <td></td> <td>2,600</td> <td>55</td> <td>2,655円</td> </tr> </table> <p>12月分の振替日は10日(金)です。(再振替日は20日(月)です。) 未納者「0」にご協力願います。</p>	幼稚園	給食費	手数料	合計		2,600	55	2,655円	<p>1</p> <p>あか</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>ぶたにく 8 赤 あぶら 0.85 黄 こんにゃく 12 にんじん 7.9 緑 さといも 47.5 黄 たまねぎ 40 緑 ほししいたけ 0.79 緑 さとう 6.34 黄 みりん 1.06 うすくちしょうゆ 5.28 こいくちしょうゆ 2.62 さけ 1.94 いりこだし 0.36</p> <p>あじつきのり 1 赤</p> <p>ほきのてりやき ホキ 1きれ 赤 こいくちしょうゆ 2.56 みりん 1.28 さけ 2.4 さとう 0.56 黄</p> <p>プロッコリーの おかかあえ プロッコリー 32 緑 にんじん 4 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.34 さとう 0.46 黄 うすくちしょうゆ 1.6 かつおぶし 0.08</p> <p>しろみざかなの BBQソース たら 40 赤 しろワイン 0.62 しお 0.18 こしょう 0.02 でんぶん 6.4 黄 あげあぶら 2.9 黄 うすくちしょうゆ 1.54 さけ 1.14 さとう 1.11 黄 しろねぎ 2.9 緑 しょうが 0.62 緑 にんにく 0.1 緑 りんごピューレ 3.01 緑</p> <p>たまねぎの みそしる えのきたけ 4 緑 にんじん 8 緑 たまねぎ 24 緑 だいこん 8 緑 あおねぎ 1.6 緑 みそ 6.4 赤 かつおだし 0.8 いりこだし 0.36</p> <p>こまつなの いためもの ぶたにく 8 赤 こなつな 24 緑 にんじん 8 緑 あぶら 0.16 黄 さけ 0.4 しお 0.24 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 0.4</p>	<p>2</p> <p>エネルギー-kcal 380 たんぱく質g 17.0 塩分g 3.4</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>ぶたにく 8 赤 あぶら 0.85 黄 こんにゃく 12 にんじん 7.9 緑 さといも 47.5 黄 たまねぎ 40 緑 ほししいたけ 0.79 緑 さとう 6.34 黄 みりん 1.06 うすくちしょうゆ 5.28 こいくちしょうゆ 2.62 さけ 1.94 いりこだし 0.36</p> <p>あじつきのり 1 赤</p> <p>ほきのてりやき ホキ 1きれ 赤 こいくちしょうゆ 2.56 みりん 1.28 さけ 2.4 さとう 0.56 黄</p> <p>プロッコリーの おかかあえ プロッコリー 32 緑 にんじん 4 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.34 さとう 0.46 黄 うすくちしょうゆ 1.6 かつおぶし 0.08</p> <p>しろみざかなの BBQソース たら 40 赤 しろワイン 0.62 しお 0.18 こしょう 0.02 でんぶん 6.4 黄 あげあぶら 2.9 黄 うすくちしょうゆ 1.54 さけ 1.14 さとう 1.11 黄 しろねぎ 2.9 緑 しょうが 0.62 緑 にんにく 0.1 緑 りんごピューレ 3.01 緑</p> <p>たまねぎの みそしる えのきたけ 4 緑 にんじん 8 緑 たまねぎ 24 緑 だいこん 8 緑 あおねぎ 1.6 緑 みそ 6.4 赤 かつおだし 0.8 いりこだし 0.36</p> <p>こまつなの いためもの ぶたにく 8 赤 こなつな 24 緑 にんじん 8 緑 あぶら 0.16 黄 さけ 0.4 しお 0.24 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 0.4</p>	<p>3</p> <p>342 14.2 5.3</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>ぶたにく 8 赤 あぶら 0.85 黄 こんにゃく 12 にんじん 7.9 緑 さといも 47.5 黄 たまねぎ 40 緑 ほししいたけ 0.79 緑 さとう 6.34 黄 みりん 1.06 うすくちしょうゆ 5.28 こいくちしょうゆ 2.62 さけ 1.94 いりこだし 0.36</p> <p>あじつきのり 1 赤</p> <p>ほきのてりやき ホキ 1きれ 赤 こいくちしょうゆ 2.56 みりん 1.28 さけ 2.4 さとう 0.56 黄</p> <p>プロッコリーの おかかあえ プロッコリー 32 緑 にんじん 4 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.34 さとう 0.46 黄 うすくちしょうゆ 1.6 かつおぶし 0.08</p> <p>しろみざかなの BBQソース たら 40 赤 しろワイン 0.62 しお 0.18 こしょう 0.02 でんぶん 6.4 黄 あげあぶら 2.9 黄 うすくちしょうゆ 1.54 さけ 1.14 さとう 1.11 黄 しろねぎ 2.9 緑 しょうが 0.62 緑 にんにく 0.1 緑 りんごピューレ 3.01 緑</p> <p>たまねぎの みそしる えのきたけ 4 緑 にんじん 8 緑 たまねぎ 24 緑 だいこん 8 緑 あおねぎ 1.6 緑 みそ 6.4 赤 かつおだし 0.8 いりこだし 0.36</p> <p>こまつなの いためもの ぶたにく 8 赤 こなつな 24 緑 にんじん 8 緑 あぶら 0.16 黄 さけ 0.4 しお 0.24 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 0.4</p>
幼稚園	給食費	手数料	合計								
	2,600	55	2,655円								
<p>6</p> <p>332 10.1 7.9</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>わかめスープ にんじん 4.66 緑 もやし 4.66 緑 ほししいたけ 0.16 緑 えのきたけ 4.66 緑 わかめ 0.26 赤 ブイオン 1.6 しお 0.16 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 1.6 さけ 0.4</p> <p>デンジャオロース ぎゅうにく 17.6 赤 あぶら 0.64 黄 にんにく 0.68 緑 しょうが 0.68 緑 にんじん 10.6 緑 ほししいたけ 1.32 緑 ピーマン 16 緑 さけ 2.11 うすくちしょうゆ 1.34 こいくちしょうゆ 1.34 しお 0.16</p> <p>しゅうまい 1 赤黄</p>	<p>7</p> <p>406 10.0 8.0</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>かんとうに ぶたにく 10 赤 こんぶ 0.26 赤 こんにゃく 16.7 ひらてん 13.3 赤 にんじん 13.3 緑 だいこん 26.7 緑 さといも 20 黄 さけ 0.34 みりん 0.66 さとう 2.34 黄 うすくちしょうゆ 0.4</p> <p>さつまいもの てんぷら さつまいも 28.8 黄 しお 0.36 こめこ 5.76 黄 こんぶパウダー 0.01 赤 あげあぶら 黄</p> <p>すのもの きゅうり 28 緑 わかめ 0.32 赤 やきくわ 4 赤 さとう 1.6 黄 す 2.4 しお 0.4</p>	<p>8</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>こんさいの みそしる だいこん 16 緑 にんじん 8 緑 たまねぎ 16 緑 ほししいたけ 0.08 緑 あおねぎ 1.6 緑 みそ 6.4 赤 かつおだし 0.8 いりこだし 0.36</p> <p>のりあえ もやし 26.7 緑 きゅうり 6.66 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.4 さとう 0.46 黄 うすくちしょうゆ 1.86 やきのり 0.48 赤</p> <p>ふりかけ おかか 1 赤黄</p>	<p>9</p> <p>300 13.5 2.7</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>ほっけのしおやき ほっけ 1きれ 赤 しお 0.24</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>こんさいの みそしる だいこん 16 緑 にんじん 8 緑 たまねぎ 16 緑 ほししいたけ 0.08 緑 あおねぎ 1.6 緑 みそ 6.4 赤 かつおだし 0.8 いりこだし 0.36</p> <p>のりあえ もやし 26.7 緑 きゅうり 6.66 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.4 さとう 0.46 黄 うすくちしょうゆ 1.86 やきのり 0.48 赤</p> <p>ふりかけ おかか 1 赤黄</p>	<p>10</p> <p>461 12.5 11.7</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>わかめスープ にんじん 4.66 緑 もやし 4.66 緑 ほししいたけ 0.16 緑 えのきたけ 4.66 緑 わかめ 0.26 赤 ブイオン 1.6 しお 0.16 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 1.6 さけ 0.4</p> <p>デンジャオロース ぎゅうにく 17.6 赤 あぶら 0.64 黄 にんにく 0.68 緑 しょうが 0.68 緑 にんじん 10.6 緑 ほししいたけ 1.32 緑 ピーマン 16 緑 さけ 2.11 うすくちしょうゆ 1.34 こいくちしょうゆ 1.34 しお 0.16</p> <p>しゅうまい 1 赤黄</p> <p>うみと はたけのサラダ ツナフレーク 8 赤 キャベツ 12 緑 にんじん 4.8 緑 ホールコーン 4 緑 ひじき 0.8 赤 あぶら 0.24 黄 うすくちしょうゆ 0.77</p> <p>ふくしんづけ 12 緑</p> <p>ヨーグルト 1 赤</p>							
<p>13</p> <p>483 11.4 11.3</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>かぼちゃと なすのいために ぶたひきにく 8 赤 かぼちゃ 48 緑 なす 20.8 緑 でんぶん 4.48 黄 あぶら 3.52 黄 さとう 3.52 黄 みりん 1.23 うすくちしょうゆ 2.82 こいくちしょうゆ 2.82 でんぶん 0.88 黄</p> <p>たこやき たこやき 2 赤黄 あげあぶら 黄</p> <p>いためビーフン ぶたにく 8 赤 ビーフン 8 黄 にんじん 8 緑 キャベツ 8 緑 こなつな 8 緑 いりこだし 0.36 うすくちしょうゆ 1.6 あぶら 0.8 黄</p>	<p>14</p> <p>451 13.7 9.0</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>とんじる ぶたにく 16 赤 あぶら 0.16 黄 にんじん 4 緑 だいこん 8 緑 ごぼう 4 緑 こんにゃく 3.2 さつまいも 16 黄 あおねぎ 3.2 緑 かつおだし 0.48 いりこだし 0.36 みそ 6.4 赤</p> <p>わかさぎの なんばんづけ わかさぎ 32 赤 でんぶん 5.6 黄 あげあぶら 2.72 黄 あおねぎ 1.6 緑 さとう 2.88 黄 うすくちしょうゆ 1.92</p> <p>おひたし にんじん 4 緑 はくさい 24 緑 こなつな 8 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.72 さとう 0.4 黄 うすくちしょうゆ 1.92</p> <p>スイートポテト 1 黄</p>	<p>15</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>やさいスープ ハム 4 赤 たまねぎ 16.7 緑 にんじん 6.66 緑 えのきたけ 3.34 緑 キャベツ 13.3 緑 ブイオン 1.6 しお 0.08 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.6 しろワイン 0.4</p> <p>ふりかけ のり 1 赤黄</p> <p>とりのレモンがけ とりにく 32 赤 しお 0.24 こしょう 0.02 さけ 0.72 みりん 0.72 でんぶん 6 黄 あげあぶら 3.2 黄 レモン汁 0.8 緑 さとう 1.09 黄 うすくちしょうゆ 1.98</p> <p>にんじんソテー ベーコン 8 赤 にんじん 32 緑 ほうれんそう 6.4 緑 あぶら 0.32 黄 うすくちしょうゆ 2.4 さとう 0.24 黄 こんぶパウダー 0.01</p>	<p>16</p> <p>338 12.7 10.0</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>やさいスープ ハム 4 赤 たまねぎ 16.7 緑 にんじん 6.66 緑 えのきたけ 3.34 緑 キャベツ 13.3 緑 ブイオン 1.6 しお 0.08 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.6 しろワイン 0.4</p> <p>ふりかけ のり 1 赤黄</p> <p>とりのレモンがけ とりにく 32 赤 しお 0.24 こしょう 0.02 さけ 0.72 みりん 0.72 でんぶん 6 黄 あげあぶら 3.2 黄 レモン汁 0.8 緑 さとう 1.09 黄 うすくちしょうゆ 1.98</p> <p>にんじんソテー ベーコン 8 赤 にんじん 32 緑 ほうれんそう 6.4 緑 あぶら 0.32 黄 うすくちしょうゆ 2.4 さとう 0.24 黄 こんぶパウダー 0.01</p>	<p>17</p> <p>515 17.7 14.1</p> <p>ごはんとろいも 56.8 黄</p> <p>ブラウンシュチュニ ぶたにく 8 赤 あぶら 0.16 黄 にんにく 0.08 緑 たまねぎ 32 緑 にんじん 12 緑 しめじ 6.4 緑 かぼちゃ 28 緑 ブイオン 0.56 あかワイン 0.8 トマトジュース 6.4 トマトピューレ 0.8 緑 トマトケチャップ 0.4 こめこハヤシルウ 13.6 黄 こしょう 0.02 ウスターソース 0.32 こいくちしょうゆ 1.04 こんぶパウダー 0.01 赤 とんかつソース 0.64</p> <p>ハンバーグ もみのけハンバーグ 40 赤 あぶら 0.16 黄 トマトケチャップ 4.6 ウスターソース 2.6 あかワイン 1.8 さとう 0.2 黄</p> <p>プロッコリーの ソテーサラダ プロッコリー 16 緑 キャベツ 16 緑 ホールコーン 2.4 緑 さとう 0.48 黄 みりん 0.32 うすくちしょうゆ 1.84</p> <p>クリスマスケーキ 1 赤黄</p> <p>【クリスマス献立】</p>							

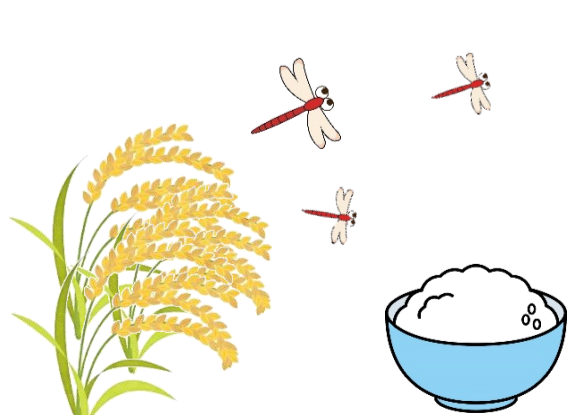
だいこん

大根が1年の中で1番美味しくなるのは冬です。大根が生まれたのは、ヨーロッパの地中海というところ。長い長い年月が過ぎて日本に伝わりました。世界で作られている大根は、全部で200種類以上あるといわれています。大きさも、形も色もさまざまな種類があります。みなさんがよくスーパーなどで見る大根は「青首大根」といわれている大根です。給食もこの青首大根を使っています。世界一大きな大根は「桜島大根」で重さが20~30kgになります。世界一長い大根は「守口大根」で長さが1mより長くなります。



お米が新米にかわります！

12月から給食で使用するお米が新米になります。とれたてのお米の味を味わってくださいね。



「あか」のたべものからだをつくるもと

「きいろ」のたべものげんきいっぱい!! エネルギーのもと

「みどり」のたべものびょうきにまけないからだのちょうしを

*仕入れ食材の都合により、献立を変更する場合があります。材料の重量は目安となります。
*幼稚園では「牛乳」の提供はなく、水曜日は午前中のみのため給食はございません。
● はばたんマークがついている食材は兵庫県産です。