

給食メニュー 2024年12月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
2024. 12. 02	2024. 12. 03	2024. 12. 04	2024. 12. 05	2024. 12. 06	2024. 12. 07
ごはん 味噌汁 (わかめ・玉ねぎ・ごま) 鮭のソテー 果物 キャベツ納豆 りんごのコンポート 焼塩せんべい	ごはん 味噌汁 (さつま芋・玉ねぎ・わかめ) 豆腐と鶏肉味噌煮 人参じゃこ炒め きゅうりの浅漬け きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん ザワークラウトスープ 魚のカレームニエル 人参とピーマンのきんぴら 果物 大学芋 プルーン	ごはん 味噌汁 (ほうれん草・人参・わかめ) 魚のおろしポン酢 かぼちゃのそぼろ煮 梅おかか納豆 ウイナーとザワークラウト炒め	梅おかかごはん 味噌汁 (もずく・ねぎ・豆腐) 鶏じゃがよもぎ風味 ほうれん草とツナの塩昆布和え 南部せんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2024. 12. 09	2024. 12. 10	2024. 12. 11	2024. 12. 12	2024. 12. 13	2024. 12. 14
ごはん 味噌汁 (もやし・油揚げ・ごま) 鶏肉のおろし煮 人参胡麻サラダ しらす海苔納豆 わかめおにぎり	ごはん 味噌汁 (小松菜・玉ねぎ・あおさ) 魚のしょうが煮 ワカメとツナの炒め物 金時豆 バナナヨーグルト	雑穀ごはん ポトフ 魚の塩麹焼き ほうれん草のカレー風味炒め しらす ヨーグルトフルーツ寒天 玄米ゴマせんべい	ごはん 味噌汁 (かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 魚の味噌煮 きんぴら 大根納豆 米粉の和風ケーキ 牛乳	ごはん 味噌汁 (大根・玉ねぎ・わかめ) 高野豆腐と梅おかかチャンプル かぼちゃとツナの塩煮 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024. 12. 16	2024. 12. 17	2024. 12. 18	2024. 12. 19	2024. 12. 20	2024. 12. 21
ごはん 味噌汁 (小松菜・人参・ごぼう) 魚の醤油麹焼き バンバンジー 梅おかか納豆 よもぎ蒸しパン 牛乳	ツナ大豆ごはん 味噌汁 (もずく・えのき・ごま) 魚の煮つけ さつま芋おから煮 みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁 (豆腐・玉ねぎ・あおさ) 塩麹ニラレバ 人参しりしり 果物 りんごのパウンドケーキ	ごはん 味噌汁 (さつま芋・玉ねぎ・ごぼう) 魚の柚子味噌焼き きんぴられんこん コーン納豆 かぼちゃスープ 玄米おかき	*冬至豚汁うどん 高野豆腐のツナそぼろ ブロッコリーと人参のごま和え 果物 玄米ゴマせんべい プルーン	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2024. 12. 23	2024. 12. 24	2024. 12. 25	2024. 12. 26	2024. 12. 27	2024. 12. 28
ごはん 味噌汁 (豆腐・ねぎ・わかめ) 魚の照り焼き 切り干し大根の煮物 コーン納豆 サラダチキン きゅうりスティック	ごはん 味噌汁 (大根・油揚げ・わかめ) 魚チャンチャン焼き かぼちゃ胡麻和え しらす お誕生日ケーキ	チキンライス わかめとコーンのスープ カレー風味の温野菜 果物 クリスマスバナナケーキ 果物	ごはん 味噌汁 (ほうれん草・玉ねぎ・ごぼう) 鮭とねぎの味噌焼き ちぎり豆腐おかか炒め わかめ納豆 ミックスヨーグルト プルーン	梅おかかごはん 味噌汁 (人参・玉ねぎ・あおさ) 豚肉のリンゴソース煮 しらすとよもぎの粉ふき芋 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024. 12. 30	2024. 12. 31				
休園日		休園日			
<p><今月の予定></p> <p>12月19日(木) 食育「冬至」…ゆず・かぼちゃ・「ん」のつく食材(人参・蓮根)など、冬至にまつわるお話をします。</p> <p>12月20日(金) お料理「冬至豚汁うどん」…「ん」のつく食材をたっぷり使った、豚汁うどんをつくります。</p>					

*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。