



令和5年

池内幼稚園さま

12月のこんだて



| ひにち | こんだて | しゃしん | ざいりょう | | | アレルギー |
|-------------|--|------|-------------------------------|-----------------------|--|---|
| | | | からだをうごかす | からだをつくる | からだをととのえる | |
| 5にち (火) | 赤魚煮付け 付・甘藷煮 一口がんと 青梗菜煮浸し ごはん 卵ふりかけ | | ごはん さつまいも がんと | 赤魚 卵 ごま | 青梗菜 人参 キャベツ 胡瓜 | ○赤魚禁 赤魚煮付け →カレイ煮付け ○卵製品禁 卵ふりかけ →ひじきごはん |
| 6にち (水) | 鮭のちゃんちゃん焼き ブロッコリーサラダ 金時豆 ゆかりごはん | | ごはん | 鮭 金時豆 | 玉ねぎ 人参 しめじ ブロッコリー ゆかり | ・対応なし |
| 7にち (木) | 鶏肉味噌漬け焼き 付・キャベツソテー もやしのお浸し マッシュポテト 黒糖食パン 牛乳 | | 黒糖食パン じゃがいも バター | 鶏肉 牛乳 | キャベツ 玉ねぎ もやし 胡瓜・人参 | ・対応なし |
| 12にち (火) | 鯖みりん焼き 付・カリフラワー 南瓜含め煮 チキンサラダ ごはん 鮭ふりかけ | | ごはん | さば 鶏肉 鮭 | カリフラワー かぼちゃ キャベツ 胡瓜 | ・対応なし |
| 13にち (水) | ハンバーグ・唐揚げ ナポリタン フライドポテト ブロッコリー みかん缶 ゆかりごはん | | ごはん 油・小麦 じゃがいも スパゲティ | 鶏肉 豚肉 | 玉ねぎ ブロッコリー ゆかり | ・対応なし |
| 14にち (木) | メンチカツ 小松菜煮浸し たこさんウィンナー りんご缶・ロールパン マスカットジュース お誕生日ケーキ | | ロールパン 油 小麦 | 鶏肉 豚肉 | 小松菜 人参・りんご マスカット ジュース ケーキ | ・対応なし |
| 19にち (火) | さばの味噌煮 磯辺揚げ 小松菜ごま和え 大根金平 ごはん かつおふりかけ | | ごはん 油 | さば かつお 竹輪 ごま | 小松菜 人参 大根 | ・対応なし |
| 20にち (水) | 星のコロッケ 付・法蓮草人参ソテー ポークビーンズ フレンチサラダ チキンライス | | ごはん じゃがいも 油 小麦 大豆 | 豚肉 鶏肉 | 法蓮草 人参・玉ねぎ グリーンピース キャベツ・胡瓜 | ・対応なし |
| 21にち (木) | ハンバーグ 付ミックスソテー 切干大根の煮物 ツナと竹輪のマヨ和え 食パン りんごジュース | | 食パン | 豚肉 ツナ 竹輪 | 玉ねぎ 人参 コーン グリーンピース 切干大根 りんごジュース | ・対応なし |