



12月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかり食べて登園しましょう(*^^*)

令和元年11月27日

日 曜	献立	午後おやつ	材 料 名 (○は午後おやつ)			
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
2 月	ご飯・さわらの香味焼き ★おからサラダ 味噌汁・りんご	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、○バター、マヨネーズ、砂糖、ごま油	○牛乳、さわら、木綿豆腐、おから、ハム、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	りんご、○マーマレード、にんじん皮むき、きゅうり、たまねぎ、万能ねぎ、えのきたけ、葉ねぎ、にんにく、しょうが	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、酢、かつおだし・鰹節、食塩
3 火	ご飯・松風焼き 長芋と小松菜の塩炒め すまし汁・みかん	牛乳 ホットビスケット	米、ながいも、○小麦粉、○無塩バター、○メープルシロップ、片栗粉、砂糖、○砂糖、ごま、油、ごま油	○牛乳、鶏ひき肉、○ヨーグルト(無糖)、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、○脱脂粉乳、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、ごまつな、にんじん皮むき、たまねぎ、だいこん皮むき、葉ねぎ、えのきたけ	みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩
4 水	ご飯・さばのごま味噌焼き ★いろいろ金平 ★はんぺんのすまし汁・ラフランス	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	米、じゃがいも、板こんにゃく、○米粉、○油、○砂糖、砂糖、ごま、○片栗粉、ごま油	○牛乳、さば、○木綿豆腐、はんぺん、米みそ(淡色辛みそ)、平天	西洋なし、にんじん皮むき、れんこん、洗いごぼう、○バナナ、生わかめ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、かつおだし・鰹節、食塩
5 木	ハヤシライス ほうれん草のサラダ キャンディチーズ・バナナ	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、砂糖、ごま油	○牛乳、牛肉(肩ロース)、チーズ、ハム	バナナ、たまねぎ、ほうれん草、にんじん皮むき、かぼちゃ、しめじ、○いちごジャム、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	ハヤシルー、酢、しょうゆ(うすくち)、食塩
6 金	ご飯・鶏の和風レモン焼き かぼちゃのそぼろ煮 中華スープ・オレンジ	ジョア(ストロベリー) ホームパイ	米、砂糖、はるさめ、油、片栗粉	○ジョア ストロベリー、鶏もも肉(皮付)、牛ひき肉	かぼちゃ、オレンジ、はくさい、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、しいたけ、レモン果汁、グリーンピース(水煮缶詰)、にんにく	しょうゆ(うすくち)、酒、しょうゆ、中華だしの素、鶏がらだしの素、食塩
7 土	牛丼 味噌汁・バナナ	ビスケット	米、じゃがいも、しらたき、砂糖	牛肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)
9 月	ご飯・タラのコーンクリームかけ 小松菜の和風サラダ さつま汁・オレンジ	牛乳 ★グラノーラクッキー	米、○小麦粉、さつまいも、○マーガリン、○玄米フレーク、○砂糖、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、和風ドレッシング	○牛乳、タラ 切り身、生揚げ、○卵、チーズ、米みそ(淡色辛みそ)	ごまつな、オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、ミニトマト、クリームコーン缶、えのきたけ、万能ねぎ	酒、かつおだし・鰹節、鶏がらだしの素
10 火	ご飯・マーボー大根 もやしの和え物 ★卵スープ・りんご	牛乳 蒸しパン	米、○小麦粉、○砂糖、砂糖、片栗粉、ごま、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、卵、鶏さき身(筋なし)、米みそ(淡色辛みそ)	だいこん皮むき、りんご、たまねぎ、根切りもやし、きゅうり、にんじん皮むき、○ブルーベリージャム、葉ねぎ、ピーマン、コーン缶、干しいたけ、にんにく、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん、鶏がらだしの素、中華だしの素、食塩
11 水	パン・鶏肉のマーマレード焼き キャベツとウインナーのソテー トマトスープ・バナナ	牛乳 クッキー	ロールパン、クロワッサン、食パン	○牛乳、鶏もも肉、ウインナーソーセージ、大豆水煮缶	バナナ、ホールトマト缶詰、にんじん皮むき、キャベツ、根切りもやし、たまねぎ、マーマレード、コーン缶、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉
12 木	もちつき	牛乳 せんべい	もち、米、砂糖	○牛乳、つぶしあん(砂糖添加)、きな粉		しょうゆ(うすくち)
13 金	ご飯・たらのケチャップ炒め 蒸し野菜 味噌汁・みかん	牛乳 チヂミ	米、○米粉、じゃがいも、片栗粉、ごまドレッシング、油、○砂糖、○ごま油	○牛乳、タラ ブロック、木綿豆腐、○豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○しらす干し	みかん、ブロッコリー、にんじん皮むき、たまねぎ、○にら、キャベツ、しめじ、○コーン缶、ピーマン、にんにく	ケチャップ、○しょうゆ、かつおだし・鰹節、○食塩、食塩
14 土	鮭チャーハン 味噌汁・バナナ	ドーナツ	米、ごま、油	鮭フレーク、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、葉ねぎ、万能ねぎ、しめじ	しょうゆ(うすくち)
16 月	ご飯・さばのみそ煮 切干大根の酢の物 豚汁・りんご	牛乳 バウムクーヘン	米、板こんにゃく、砂糖	○牛乳、さば、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、生揚げ、かつお味付けフレーク缶	りんご、きゅうり、にんじん皮むき、だいこん皮むき、葉ねぎ、切り干しだいこん、生わかめ、しょうが	みりん、酒、酢、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
17 火	ご飯・厚揚げの炒め物 ★ブロッコリーのごまマヨ和え 春雨スープ・みかん	牛乳 ★ネギじゃこせんべい	米、○ぎょうざの皮、マヨネーズ、○マヨネーズ、片栗粉、はるさめ(緑豆)、ごま油、○ごま、すりごま	○牛乳、生揚げ、豚ひき肉、○とろけるチーズ、○しらす干し(半乾燥)、○かつお節	みかん、ブロッコリー、にんじん皮むき、たまねぎ、はくさい、にら、しめじ、コーン缶、しいたけ、○葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、鶏がらだしの素、食塩
18 水	ご飯・牛肉と青梗菜の味噌炒め 五目煮 豆乳汁・バナナ	ジョア(プレーン) ビスコ	米、板こんにゃく、砂糖、油	○ジョア プレーン、牛肉(肩ロース)、大豆水煮缶、調製豆乳、生揚げ、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、チンゲンサイ、にんじん皮むき、たまねぎ、だいこん皮むき、しめじ、洗いごぼう、葉ねぎ、干しいたけ	酒、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節
19 木	パン・鶏肉のインドネシア風 ★春菊と水菜のツナサラダ 豆スープ・オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	ロールパン、クロワッサン、○マカロニ、マヨネーズ、○砂糖、砂糖、すりごま、食パン	○牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶(きはだ)、○きな粉、大豆水煮缶、ペーコン	オレンジ、しゆんぎく、みぶな、たまねぎ、にんじん皮むき、味付けのり	しょうゆ、酢、酒、しょうゆ(うすくち)、コンソメ・粉末、食塩、○食塩
20 金	🎄クリスマスメニュー🎄 えびピラフ さけのムニエル・ミニトマト シチュー・りんご	オレンジジュース ★ショートケーキ	米、じゃがいも、米粉、油、マーガリン	さけ、調製豆乳、むきえび、ペーコン	○オレンジ濃縮果汁、りんご、たまねぎ、ミニトマト、にんじん皮むき、ブロッコリー、クリームコーン缶、ピーマン、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)、マッシュルーム缶	鶏がらだしの素、食塩、コンソメ・粉末、カレー粉
21 土	豚丼 味噌汁・バナナ	源氏パイ	米、さつまいも(皮付)、しらたき、砂糖	豚肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん
23 月	ご飯・ぶりの照り焼き 切干大根の旨煮 味噌汁・みかん	牛乳 ★スティックパン	米、○ロールパン、砂糖	○牛乳、ぶり、木綿豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、にんじん皮むき、たまねぎ、切り干しだいこん、万能ねぎ、しめじ	しょうゆ、みりん、酒、かつおだし・鰹節
24 火	ご飯・鶏の味噌からめ焼き 白菜のおかか和え 五目汁・バナナ	牛乳 ★チーズスキムクッキー	米、さといも(冷凍)、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、○脱脂粉乳、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、○粉チーズ、ちくわ、油揚げ、かつお節	バナナ、はくさい、だいこん皮むき、にんじん皮むき、洗いごぼう、ねぎ	しょうゆ、酒、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
25 水	キーマカレー ★さつまいもサラダ コンソメスープ・みかん	ヨーグルト	米、さつまいも(皮付)、マヨネーズ、片栗粉	○ソファール元気ヨーグルト、豚ひき肉、ハム、ペーコン	みかん、たまねぎ、にんじん皮むき、ホールトマト缶詰、きゅうり、キャベツ、ピーマン、なす、○ブルーベリージャム	ケチャップ、中濃ソース、コンソメ・粉末、しょうゆ(うすくち)、カレー粉、食塩
26 木	ご飯・厚揚げの中華煮 かぼちゃの素揚げ わかめスープ・りんご	牛乳 ★ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、砂糖、油、ごま、片栗粉、ごま油	○牛乳、生揚げ、豚肉(肩ロース)、○卵	かぼちゃ、りんご、たまねぎ、にんじん皮むき、黄ピーマン、ピーマン、葉ねぎ、○いちごジャム、赤ピーマン、えのきたけ、たけのこ(ゆで)、生わかめ、コーン缶、しょうが、干しいたけ、にんにく	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、中華だしの素、食塩
27 金	スタミナ丼 ★ポテトサラダ 味噌汁・オレンジ	ミルージュ ★ビスケット	米、じゃがいも、マヨネーズ、ごま油、ごま	牛肉(もも)、木綿豆腐、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、きゅうり、万能ねぎ、コーン缶、にんにく	焼肉のたれ、酒、かつおだし・鰹節、食塩
28 土	とりと野菜のあんかけ丼 味噌汁・バナナ	せんべい	米、さつまいも(皮付)、砂糖、油	鶏むね肉(皮付)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、はくさい、にんじん皮むき、しめじ、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、みりん、中華だしの素

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応について

昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

12月11・19日、こすもす・ひまわり・なのはな組園児のパンはバイキング形式になります。