



12月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき保育園
みつき乳児保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (木)	ごはん 肉じゃが 和え物 味噌汁	米 牛肉・油・人参・玉葱・糸こんにゃく・じゃが芋・みりん・酒・醤油・薄口・砂糖 きゅうり・大根・かつお節・醤油 しめじ・玉葱・油揚げ・味噌	クラッカー ホットビスケット (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖・生クリーム)
2 (金)	ごはん 中華風唐揚げ 三色ナムル 中華スープ	米 鶏肉・にんにく・醤油・酒・みりん・ごま油・片栗粉・揚げ油 小松菜・もやし・人参・砂糖・醤油・ごま油 えのき・玉葱・コーン・にら・中華だしの素	バナナ ソフトせんべい ゼリー
3 (土)	炊き込みご飯 すまし汁 みかん	米・鶏挽肉・人参・油揚げ・酒・みりん・砂糖・醤油 鶏肉・大根・人参・白菜・薄口・酒・みりん みかん	ハッピーターン おにぎり
	★みつき保育園の就学前児は「もちつき体験」のため、お雑煮とみかんを食べます。		
5 (月)	ごはん 鶏肉のマヨポン焼き 煮浸し 味噌汁	米 鶏肉・マヨネーズ・ポン酢・醤油・酒・みりん 小松菜・油揚げ・人参・酒・みりん・醤油 椎茸・玉葱・じゃが芋・味噌	みかん ピスケット きなごだんご (白玉粉・絹ごし豆腐・きな粉・砂糖・塩)
6 (火)	味噌ラーメン サラダ バナナ	生中華麺・豚肉・にんにく・生姜・ごま油・玉葱・人参・もやし・青梗菜 コーン・味噌・酒・鶏がらスープの素・醤油 きゅうり・白菜・カットわかめ・薄口・酢・砂糖・ごま油 バナナ	ふかし芋 揚げパン (豆乳丸パン・グラニュー糖・揚げ油)
7 (水)	 お弁当の日 ※お弁当には、必ず火が通ったものを入れていただきますよう、お願い致します。		
8 (木)	ごはん ささみフライ ごま和え 味噌汁	米 鶏ささみ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・中濃ソース 切干大根・キャベツ・人参・すりごま・醤油 しめじ・かぼちゃ・人参・葱・味噌	バナナ 野菜せんべい じゃがまるくん (じゃが芋・片栗粉・ピザ用チーズ・バター・もみのり)
9 (金)	ごはん 鮭の西京焼き 納豆和え のっつい汁	米 鮭・味噌・酒・砂糖・薄口 納豆・人参・もやし・ほうれん草・醤油・かつお節 鶏肉・里芋・大根・人参・椎茸・白葱・薄口・塩・片栗粉	りんご クラッカー ホットケーキ (ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・油)
10 (土)	かやくごはん 味噌汁 オレンジ	米・ごぼう・人参・油揚げ・椎茸・鶏肉・酒・塩・醤油 えのき・さつま芋・大根・白菜・味噌 オレンジ	バナナ ソフトせんべい おにぎり
12 (月)	大きなかぶごはん ハンバーグ ごま和え 味噌汁	米・酒・塩・薄口・かぶ・かぶの葉 豚挽肉・牛挽肉・玉葱・塩・米粉のパン粉・油・ケチャップ 小松菜・人参・コーン・ごま・醤油・砂糖 人参・椎茸・玉葱・味噌	みかん 野菜ピスケット もちもちさつま芋パン (白玉粉・砂糖・さつま芋・豆乳・油)
13 (火)	カレーライス コールスローサラダ りんご	米・豚挽肉・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・カレールウ キャベツ・人参・きゅうり・酢・塩・マヨネーズ りんご	 ハッピーターン リングドーナツ (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖・卵・揚げ油)
14 (水)	ごはん 筑前煮 おかか和え 味噌汁	米 鶏肉・油・大根・人参・れんこん・椎茸・里芋・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口 白菜・ほうれん草・かつお節・醤油 玉葱・豆腐・カットわかめ・味噌	バナナ ソフトせんべい クラッカーサンド (クラッカー・りんごジャム)
15 (木)	ごはん 卵焼き ひじきの煮物 味噌汁	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・塩・薄口・みりん・砂糖 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 椎茸・玉葱・白菜・味噌	オレンジ ピスケット さつま芋チップス (さつま芋・揚げ油・塩)
16 (金)	ごはん レバーと鶏肉の甘辛煮 和え物 味噌汁	米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・揚げ油・醤油・酒・砂糖・みりん キャベツ・ブロッコリー・人参・醤油 かぼちゃ・人参・えのき・葱・味噌	バナナ クラッカー ジャムサンド (サンドイッチ用食パン・いちごジャム)

	献立名	材料名	おやつ
17 (土)	豚もやし丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・ごま油・玉葱・もやし・小松菜・鶏がらスープの素・みりん・醤油・片栗粉 人参・大根・玉葱・豆腐・カットわかめ・味噌 オレンジ	ソフトせんべい おにぎり
19 (月)	豆乳かぼちゃ丸パン ワインナー コロコロサラダ クリームシチュー りんご	豆乳かぼちゃ丸パン ワインナー 大根・きゅうり・コーン・かつお節・酢・砂糖・薄口・油 鶏肉・油・じゃが芋・玉葱・人参・プロッコリー・牛乳・シチューるわ りんご	ハッピーターン じゃこそぼろおにぎり (米・豚挽肉・しらす干し・人参・葱 ごま油・醤油・ごま・みりん)
20 (火)	ごはん かれいの昆布あんかけ もみのり和え 味噌汁 オレンジ	米 かれい・片栗粉・揚げ油・塩こんぶ・葱・酒・みりん・薄口 切干大根・キャベツ・人参・もみのり・醤油 玉葱・えのき・里芋・味噌 オレンジ	クラッカー マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
21 (水)	麻婆丼 中華きゅうり スープ りんご	米・豚挽肉・ごま油・豆腐・玉葱・人参・椎茸・白葱・醤油・味噌 テンメンジャン・酒・砂糖・中華だしの素・片栗粉 きゅうり・ごま油・塩こんぶ・ごま・醤油 人参・もやし・コーン・にら・中華だしの素 りんご	ふかし芋 ココア蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・油・砂糖・ココア)
22 (木)	ごはん おでん 和え物 バナナ	米 鶏肉・大根・じゃが芋・人参・ちくわ・焼き豆腐・薄口・みりん・酒・塩 小松菜・もやし・切干大根・かつお節・醤油 バナナ	ビスケット パンプキンパイ (かぼちゃ・バター・生クリーム・砂糖 パイシート・グラニュー糖)
23 (金)	お星さまライス フライドチキン サラダ ポトフ りんご	米・ツナ・人参・塩・カレー粉・パセリ・鶏がらスープの素 鶏肉・酒・レモン果汁・塩・醤油・にんにく・生姜・片栗粉・揚げ油 プロッコリー・コーン・酢・砂糖・薄口・油 玉葱・人参・じゃが芋・鶏がらスープの素 りんご	ソフトせんべい クリスマスケーキ (米粉・豆乳ヨーグルト・油・砂糖 みかん缶・豆乳生クリーム・無塩バター ベーキングパウダー・豆乳)
24 (土)	ひじきとツナの炊き込みご飯 豚汁 みかん	米・ひじき・ツナ・人参・しめじ・醤油・みりん・酒 豚肉・大根・人参・さつま芋・白菜・油揚げ・味噌 みかん	ハッピーターン おにぎり
26 (月)	ごはん 鶏肉の塩麹焼き ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・塩麹・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖 人参・れんこん・きゅうり・すりごま・醤油 かぶ・白菜・油揚げ・葱・味噌 オレンジ	クラッカー りんごと紅茶のマフィン (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター 砂糖・卵・牛乳・りんご・紅茶)
27 (火)	ごはん 鰯の煮付け 納豆和え 味噌汁 バナナ	米 鰯・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖 小松菜・人参・キャベツ・納豆・醤油・かつお節 しめじ・玉葱・豆腐・味噌 バナナ	野菜せんべい 抹茶小倉蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・砂糖 油・抹茶・ゆであずき)
28 (水)	年越しうどん 和え物 かぼちゃの煮物 みかん	うどん・豚肉・油・油揚げ・玉葱・椎茸・人参・葱・薄口・醤油・塩・酒・みりん ほうれん草・切干大根・もやし・ツナ・醤油 かぼちゃ・砂糖・みりん・醤油 みかん	ハッピーターン 鮭わかめおにぎり (米・鮭フレーク・炊き込みわかめ)
29 (木)		 年末休園 	
30 (金)		 年末休園 	
31 (土)		 年末休園 	

- ★ ウィンナー、マヨネーズ、ちくわ、パイシート、ビスケット類については、卵不使用のものを使用しています。
- ★ ホットケーキミックス、豆乳丸パン、豆乳かぼちゃ丸パンについては卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ みつき乳児保育園の0～2歳児は午前おやつ・午後おやつ、みつき保育園の3～5歳児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。
- ★ 土曜日の午後おやつは、おにぎりまたはおやつパンを提供します。

天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい。