




12月献立表




社会福祉法人みつき福祉会
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
1 (木)	ごはん 豚肉の梅ソース炒め 和え物 味噌汁 みかん	米 豚肉・青梗菜・玉葱・おろししょうが・梅干し・砂糖・醤油・油 白菜・切干大根・もやし・醤油 なめこ・大根・麩・葱・味噌 みかん	ブルー チーズケーキ (クリームチーズ・砂糖・卵・小麦粉・ 生クリーム・レモン果汁)
2 (金)	 お弁当の日  ※必ず火を通したものをに入れていただきますようお願い致します		スティックビスケット 幼児部：きな粉もち(もち・きな粉・砂糖・塩) 乳児部：オレンジゼリー 
3 (土)	わかめうどん 和え物 バナナ	ゆでうどん・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・わかめ・砂糖・みりん・塩・醤油・葱 大根・きゅうり・ちくわ・醤油・砂糖 バナナ	ごまポッキー おやつ
5 (月)	ごはん 厚揚げの味噌炒め なめたけ和え すまし汁 みかん	米 豚肉・厚揚げ・玉葱・人参・ピーマン・砂糖・味噌・醤油・油 キャベツ・きゅうり・もやし・なめたけ・醤油 麩・人参・大根・みつば・塩・薄口醤油 みかん	チーズ かぼちゃクッキー (小麦粉・砂糖・無塩バター・かぼちゃ)
6 (火)	ごはん 鶏の唐揚げ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・おろししょうが・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 ほうれん草・わかめ・大根・醤油・砂糖・すりごま 白菜・ごぼう・厚揚げ・葱・味噌 オレンジ	ブルー フレンチトースト (食パン・バター・牛乳・卵・砂糖)
7 (水)	ごはん 魚の照り焼き 切干大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 鮭・おろししょうが・酒・みりん・砂糖・醤油 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口醤油・醤油・砂糖 玉葱・なめこ・大根・みつば・味噌 バナナ	ごまポッキー ボーロ (小麦粉・無塩バター・砂糖・油)
8 (木)	ごはん 豚肉の柳川風 ゆず風味和え 味噌汁 みかん	米 豚肉・ごぼう・玉葱・人参・葱・卵・砂糖・醤油・みりん・油 きゅうり・大根・ゆず・酢・砂糖・薄口醤油・塩 肉団子・椎茸・白菜・葱・味噌 みかん	たまごボーロ 芋けんぴ (さつまいも・揚げ油・砂糖)
9 (金)	★誕生会 バターライス 野菜オムレツ サラダ スープ りんご	米・コーン・ツナ・バター・コンソメ・塩・こしょう 卵・マヨネーズ・牛乳・塩・玉葱・しめじ・ほうれん草・油・ピザチーズ・ケチャップ キャベツ・切干大根・もやし・薄口醤油・酢・砂糖・油 じゃがいも・人参・大根・コンソメ りんご	スティックビスケット バナナココアマフィン (バナナ・ホットケーキ粉・牛乳・砂糖・ ココア)
10 (土)	鶏ごぼうごはん 和え物 味噌汁 オレンジ	米・鶏挽肉・ごぼう・酒・みりん・砂糖・醤油 きゅうり・大根・ちくわ・すりごま・砂糖・醤油 油揚げ・もやし・しめじ・葱・味噌 オレンジ	ごまポッキー おやつ
12 (月)	ごはん 五目麻婆 中華きゅうり スープ りんご	米 豚肉・大豆・玉葱・人参・ニラ・干し椎茸・おろしにんにく・おろししょうが・砂糖・酒・醤油・味噌・テンメンジャン・片栗粉・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 卵・しめじ・しそ・鶏がら・醤油・酢・片栗粉・ごま油 りんご	スティックビスケット マシュマロサンド (リッツ・マシュマロ)
13 (火)	ごはん 鶏のゆずソースがけ もみのり 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・ゆず・砂糖・酢・醤油 キャベツ・人参・もやし・醤油・もみのり 油揚げ・大根・じゃがいも・みつば・味噌 バナナ	チーズ のりせんべい (ぎょうざの皮・かつお節・焼きのり・ コーン・マヨネーズ・醤油)
14 (水)	ごはん すき焼き 酢の物 味噌汁 みかん	米 牛肉・玉葱・人参・しらたき・白葱・醤油・砂糖・酒・油 きゅうり・大根・ツナ・わかめ・酢・砂糖・薄口醤油 木綿豆腐・麩・舞茸・葱・味噌 みかん	ブルー シュガードーナツ (小麦粉・BP・油・牛乳・砂糖・揚げ油・ グラニュー糖)
15 (木)	ごはん 鶏の西京焼き ひじきの煮物 すまし汁 バナナ	米 鶏肉・味噌・酒・砂糖・薄口醤油 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 大根・椎茸・玉葱・みつば・塩・薄口醤油 バナナ	ごまポッキー もちもち抹茶パン (白玉団子の粉・抹茶・油・牛乳・砂糖)
16 (金)	豆乳レーズンパン 鮭のクリームシチュー サラダ ウインナー みかん	豆乳レーズンパン 鮭・玉葱・人参・しめじ・じゃがいも・コーン・シチュールー・パセリ キャベツ・もやし・ごぼう・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・油 ウインナー みかん	たまごボーロ 梅昆布おにぎり (米・梅干し・塩昆布・かつお節)

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
17 (土)	春雨豚丼 スープ バナナ	米・豚肉・おろしにんにく・酒・みりん・醤油・ごま油・玉葱・人参・ニラ・春雨・砂糖・醤油・味噌・ごま・片栗粉 人参・しそ・もやし・しめじ・鶏がら バナナ	スティックビスケット おやつ
19 (月)	ハヤシライス ココロサラダ チーズ オレンジ	米・豚肉・人参・コーン・玉葱・ハヤシルウ・油 大根・きゅうり・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・油 スティックチーズ オレンジ	ブルー マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
20 (火)	高菜そぼろごはん 鶏のレモン焼き きんぴらごぼう 味噌汁 バナナ	米・高菜・豚挽肉・砂糖・醤油・油 鶏肉・葱・レモン果汁・塩・薄口醤油・酒 ごぼう・人参・しらたき・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま かぼちゃ・えのき・もやし・みつば・味噌 バナナ	チーズ パイ (パイシート・グラニュー糖)
21 (水)	ごはん レバーの甘辛煮 塩昆布和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・きゅうり・切干大根・塩昆布 麩・玉葱・人参・葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット クリスマスケーキ (スポンジケーキ・生クリーム・砂糖・もも缶・パイ ン缶・りんご・ビスケット・コーンフレーク)
22 (木)	ごはん 煮魚 納豆和え 味噌汁 りんご	米 さば・醤油・みりん・酒・砂糖・しょうが ほうれん草・もやし・人参・納豆・醤油 肉団子・大根・しめじ・みつば・味噌 りんご	たまごボーロ みたらし団子 (白玉団子の粉・砂糖・醤油・みりん・片栗粉)
23 (金)	クリスマスバイキング 		ごまポッキー ヨーグルト
24 (土)	味噌ラーメン サラダ オレンジ	中華麺・焼豚・玉葱・人参・もやし・葱・コーン・味噌・酒・醤油・塩・こしょう・コンソメ・ごま油 キャベツ・きゅうり・ちくわ・もみのり・醤油・ごま・ごま油 オレンジ	スティックビスケット おやつ
26 (月)	ねぎ塩豚丼 和え物 味噌汁 バナナ	米・豚肉・白葱・玉葱・人参・キャベツ・酒・醤油・鶏がら・レモン果汁・片栗粉・ごま油 こまつな・大根・きゅうり・すりごま・醤油 じゃがいも・油揚げ・わかめ・味噌 バナナ	たまごボーロ 肉まん (肉団子・ホットケーキ粉・牛乳)
27 (火)	ごはん 魚のおろしポン酢がけ 和え物 味噌汁 みかん	米 さば・片栗粉・揚げ油・大根・しそ・ポン酢・みりん・薄口醤油・酒・砂糖 白菜・もやし・切干大根・醤油 キャベツ・しめじ・しらたき・味噌 みかん	ブルー ハムチーズいもち (じゃがいも・片栗粉・ハム・ピザチーズ・ バター)
28 (水)	年越しうどん 和風ポテト おかか和え バナナ	ゆでうどん・鶏肉・油揚げ・玉葱・しめじ・人参・白葱・薄口醤油・醤油・砂糖・塩・酒・みりん・油 じゃがいも・あおのり・ゆかり・塩 ほうれん草・人参・きゅうり・かつお節・醤油 バナナ	スティックビスケット そぼろおにぎり (米・豚挽肉・砂糖・醤油・油)
29 (木)	年末休園 		
30 (金)	年末休園 		
31 (土)	年末休園 		



クリスマスバイキングメニュー



★カレーピラフ
(米・ツナ・ミックスベジタブル・カレー粉・コンソメ・塩)

★豆腐ハンバーグ
(豚挽肉・木綿豆腐・玉葱・人参・パン粉・卵・ケチャップ)

★リースサラダ
(ブロッコリー・人参・ハム・マヨネーズ・醤油・かつお節)

★コーンスープ
(コーン・クリームコーン・パセリ・コンソメ・牛乳)

●フライドチキン
(鶏手羽元・酒・レモン果汁・塩・醤油・おろしにんにく・おろししょうが・小麦粉・揚げ油)

●ミートスパゲティ
(スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・おろしにんにく・油・コンソメ・ケチャップ
・中濃ソース・トマトピューレ・砂糖・塩・こしょう)

★バナナ ●みかん

※乳児部は★印のメニューです。

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの際に牛乳を提供しています。
※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。