





# 12月献立表 中期



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                                       |  |
|-----------|---|---|--|
| 1<br>(木)  | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>味噌汁   | 米<br>豆腐・醤油<br>玉葱・白菜・大根・味噌                 |  |
| 2<br>(金)  |  <b>お弁当の日</b> <br>※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 |   |  |
| 3<br>(土)  | うどん<br>豆腐の煮物<br>味噌汁   | ゆでうどん<br>豆腐・醤油<br>玉葱・大根・きゅうり・味噌           |  |
| 5<br>(月)  | おかゆ<br>ささみの煮物<br>すまし汁   | 米<br>鶏ささみ・味噌・片栗粉<br>人参・キャベツ・きゅうり・薄口醤油     |  |
| 6<br>(火)  | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>味噌汁   | 米<br>豆腐・醤油<br>ほうれん草・大根・白菜・味噌              |  |
| 7<br>(水)  | おかゆ<br>煮魚<br>味噌汁  | 米<br>かれい・醤油<br>人参・玉葱・大根・味噌                |  |
| 8<br>(木)  | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>味噌汁   | 米<br>豆腐・醤油<br>玉葱・きゅうり・大根・味噌               |  |
| 9<br>(金)  | おかゆ<br>ささみの煮物<br>スープ  | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>ほうれん草・キャベツ・じゃがいも・薄口醤油 |  |
| 10<br>(土) | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>味噌汁   | 米<br>豆腐・醤油<br>きゅうり・大根・玉葱・味噌               |  |
| 12<br>(月) | おかゆ<br>ささみの煮物<br>スープ  | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>玉葱・人参・きゅうり・薄口醤油       |  |
| 13<br>(火) | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>味噌汁   | 米<br>豆腐・醤油<br>キャベツ・大根・じゃがいも・味噌            |  |
| 14<br>(水) | おかゆ<br>ささみの煮物<br>味噌汁  | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>人参・きゅうり・大根・味噌         |  |
| 15<br>(木) | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>すまし汁  | 米<br>豆腐・醤油<br>人参・大根・玉葱・薄口醤油               |  |
| 16<br>(金) | パン粥<br>煮魚<br>スープ  | 食パン<br>かれい・醤油<br>人参・じゃがいも・キャベツ・薄口醤油       |  |

|           | 献立名  | 材料名                                    | おやつ   |
|-----------|--|--|---|
| 17<br>(土) | おかゆ<br>ささみの煮物<br>スープ   | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>じゃがいも・玉葱・人参・薄口醤油   |   |
| 19<br>(月) | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>スープ  | 米<br>豆腐・醤油<br>玉葱・大根・きゅうり・薄口醤油          |    |
| 20<br>(火) | おかゆ<br>ささみの煮物<br>味噌汁   | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>人参・かぼちゃ・玉葱・味噌      |   |
| 21<br>(水) | おかゆ<br>レバーの煮物<br>味噌汁   | 米<br>鶏レバー・醤油<br>キャベツ・きゅうり・人参・味噌        |   |
| 22<br>(木) | おかゆ<br>煮魚<br>味噌汁   | 米<br>かれい・醤油<br>ほうれん草・人参・大根・味噌          |   |
| 23<br>(金) | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>スープ  | 米<br>豆腐・醤油<br>ブロッコリー・人参・玉葱・薄口醤油        |   |
| 24<br>(土) | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>味噌汁  | 米<br>豆腐・醤油<br>玉葱・人参・きゅうり・味噌            |   |
| 26<br>(月) | おかゆ<br>ささみの煮物<br>味噌汁   | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>キャベツ・こまつな・じゃがいも・味噌 |   |
| 27<br>(火) | おかゆ<br>煮魚<br>味噌汁   | 米<br>かれい・醤油<br>大根・白菜・じゃがいも・味噌          |  |
| 28<br>(水) | うどん<br>豆腐の煮物<br>味噌汁  | ゆでうどん<br>豆腐・醤油<br>玉葱・人参・きゅうり・味噌        |   |
| 29<br>(木) | 年末休園  |  |   |
| 30<br>(金) | 年末休園  |  |   |
| 31<br>(土) | 年末休園  |  |   |

