



# 12月幼児食献立表



みのり乳児保育園

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 金	ごはん 中華風チキン ごぼうと胡瓜のサラダ マーボー大根 くだもの	米 鶏もも肉・玉葱・醤油・みりん・酒・ごま・生姜・にんにく ごぼう・人参・胡瓜・ベーコン・コーン缶・マヨネーズ・醤油 豚挽肉・大根・玉葱・人参・醤油・酒・中華だし・味噌・片栗粉	とろべー・牛乳  ガーリックポテト・牛乳 じゃが芋・油・ガーリックパウダー・塩 青のり
2 土	ひじきごはん 具だくさん汁 くだもの	米・牛挽肉・人参・ひじき・糸こんにゃく・砂糖・みりん・醤油・塩・ごま油 じゃが芋・玉葱・人参・わかめ・葱・味噌	おやつ・牛乳  オレンジゼリー・牛乳
4 月	黒糖パン ポークソテーおろしソース ジャーマンポテト コンソメスープ くだもの	黒糖パン 豚ロース肉・小麦粉・酒・みりん・醤油・砂糖・大根 じゃが芋・ベーコン・玉葱・コンソメ・塩・パセリ粉・油 玉葱・人参・キャベツ・えのき・ほうれん草・コンソメ・塩	干しぶどう・牛乳  牛しぐれごはん・牛乳 米・牛ばら肉・生姜・油・醤油・砂糖 もみのり
5 火	ごはん 鶏塩回鍋肉 もやしのごま和え キャベツの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・白菜・玉葱・葱・酒・塩・中華だし・にんにく・片栗粉 もやし・人参・胡瓜・醤油・砂糖・ごま キャベツ・しめじ・玉葱・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳  芋あんどうら焼き・牛乳 ホットケーキ粉・白玉粉・砂糖・さつま芋
6 水	ごはん カレイの照り焼き 大根のそぼろ煮 人参の味噌汁 くだもの	米 カレイ・醤油・みりん 大根・鶏挽肉・砂糖・醤油・片栗粉 人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳  ごまおはぎ・牛乳 もち米・米・ごま・黒ごま・砂糖・塩
7 木	ごはん 牛肉とごぼうの味噌炒め 南瓜の煮物 のっぺい汁 くだもの	米 牛ばら肉・ごぼう・白滝・生姜・味噌・酒・みりん・砂糖・ごま 南瓜・砂糖・醤油 鶏もも肉・里芋・玉葱・人参・白菜・葱・醤油・塩	干し芋・牛乳  塩焼きそば・牛乳 焼きそば麺・豚ばら肉・キャベツ・人参 もやし・中華だし・塩・にんにく・ごま油
8 金	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 キャベツのしらす和え 大根の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・切昆布・醤油・酒・砂糖・生姜・ごま油 キャベツ・胡瓜・しらす・梅干し・醤油・砂糖 大根・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳  南瓜ゆず蒸しパン・牛乳 ホットケーキ粉・南瓜・ゆず・砂糖・油
9 土	チキンライス 小松菜の味噌汁 くだもの	米・鶏もも肉・玉葱・人参・ピーマン・ケチャップ・ウスター・塩 小松菜・えのき・人参・玉葱・葱・味噌	おやつ・牛乳  いちごジャムパン・牛乳
11 月	ごはん 鶏の甘辛煮 栄養きんぴら 里芋の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・生姜・醤油・酒・砂糖・みりん 豚挽肉・ごぼう・人参・竹輪・切昆布・酒・醤油・砂糖・みりん・ごま 里芋・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	野菜ハイハイン・牛乳  たこ焼き風じゃが丸・牛乳 じゃが芋・塩・片栗粉・ケチャップ・砂糖・醤油 ウスター・みりん・オイスター・青のり・かつお節
12 火	ミートスパゲティ 和風マカロニサラダ 焼き南瓜 くだもの	スパゲティ・合挽肉・玉葱・人参・ケチャップ・ウスター・砂糖・塩・小麦粉 マカロニ・ツナ・人参・胡瓜・マヨネーズ・醤油・かつお節 南瓜・塩・パセリ粉・ガーリックパウダー	とろべー・牛乳  焼き鯖と大葉の混ぜごはん・牛乳 米・鯖・大葉・生姜・葱・ごま・醤油・みりん
13 水	<b>お弁当の日</b>		
14 木	ごはん 鮭の西京焼き かぶの梅和え そうめん汁 くだもの	米 鮭・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ かぶ・胡瓜・梅干し・醤油・砂糖・かつお節 そうめん・鶏もも肉・玉葱・人参・えのき・葱・醤油・塩	干し芋・牛乳  里芋おやき・牛乳 里芋・葱・塩昆布・ごま油
15 金	ごはん 鶏のゆず唐揚げ チンゲン菜のナムル 白菜の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・醤油・酒・ゆず・にんにく・生姜・片栗粉・油 チンゲン菜・人参・胡瓜・醤油・ごま・中華だし・砂糖・にんにく 白菜・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳  みかんココアホットケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・油・みかん・ココア

☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。  
 ☆マヨネーズ、パン類、麺類、加工肉は全て卵乳不使用のものを使用しています。  
 ☆今月は旬の食材として大根・人参・ほうれん草・ごぼう・白菜・葱・さつま芋・みかん・ゆずなどを取り入れています。  
 ☆調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
16 土	焼き豚チャーハン わかめスープ くだもの	米・焼豚・にんにく・生姜・玉葱・にら・オイスター・味噌・醤油・ わかめ・玉葱・人参・ごま・中華だし・醤油	おやつ・牛乳  青りんごゼリー・牛乳
18 月	ごはん 豚肉と里芋の甘辛炒め煮 切干大根のパリパリ炒め ほうれん草の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・里芋・玉葱・醤油・みりん・砂糖・酒・ごま・油 切干大根・ベーコン・にら・酒・醤油・ごま油 ほうれん草・えのき・人参・もやし・玉葱・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳  スイートパンプキン・牛乳 南瓜・砂糖・ホットケーキ粉・油
19 火	ぶどうパン カレイのバジルムニエル 人参ごまサラダ ワンタン風スープ くだもの	ぶどうパン カレイ・小麦粉・オリーブ油・塩・バジル粉 人参・胡瓜・フロコリー・ツナ・ごま・酢・醤油・砂糖 白菜・人参・春雨・豚挽肉・葱・ワンタン皮・生姜・中華だし・醤油・酒	干し芋・牛乳  大根菜おにぎり・牛乳 米・大根菜・砂糖・みりん・醤油・ごま油 塩昆布
20 水	冬野菜カレー 金時豆煮 大根サラダ くだもの	米・牛挽肉・人参・里芋・玉葱・ほうれん草・カレールウ・りんご 金時豆・砂糖・醤油 大根・胡瓜・人参・酢・醤油・しらす・オリーブ油・ごま	野菜ハイハイン・牛乳  りんごピザ・牛乳 ホットケーキ粉・小麦粉・塩・オリーブ油 りんご・砂糖
21 木	ごはん 鶏レバーの味噌煮 津田かぶサラダ ねぎごまスープ くだもの	米 鶏レバー・生姜・味噌・砂糖・みりん・酒 津田かぶ・胡瓜・ハム・醤油・油・酢・砂糖・かつお節 豚挽肉・キャベツ・もやし・春雨・葱・中華だし・醤油・酒・ごま	干しぶどう・牛乳  さつま芋ようかん・牛乳 さつま芋・寒天・砂糖
22 金	クリスマス誕生会・冬至 ごぼうピラフ 煮込みハンバーグ ツリーサラダ コンソメスープ くだもの	米・ベーコン・ごぼう・玉葱・人参・しめじ・コーン缶・コンソメ・塩・パセリ粉 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・ケチャップ・ソース・砂糖・ピーマン 南瓜・胡瓜・人参・コーン缶・マヨネーズ・塩 玉葱・人参・キャベツ・えのき・ほうれん草・コンソメ・塩	ルヴァン・牛乳  クリスマスクッキー・牛乳 小麦粉・砂糖・油・抹茶
23 土	牛丼 わかめの味噌汁 くだもの	牛ばら肉・玉葱・人参・葱・醤油・みりん・酒・ごま油 わかめ・玉葱・白菜・葱・味噌	おやつ・牛乳  抹茶あんぱん・牛乳
25 月	ごはん 鶏のねぎ焼き ひじきの煮物 じゃが芋の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・葱・醤油・酒・みりん ひじき・人参・竹輪・ごま・醤油・砂糖・ごま油・かつお節 じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳  ほうれん草のマフィン・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・油・ベーコン ほうれん草
26 火	ごはん 鯖のゆず味噌煮 白菜のもみのり和え すまし汁 くだもの	米 鯖・砂糖・味噌・生姜・みりん・ゆず 白菜・キャベツ・人参・しらす・醤油・酢・砂糖・ごま油・もみのり 白菜・えのき・玉葱・葱・麩・醤油・塩	とろべー・牛乳  ふかし芋・牛乳 さつま芋
27 水	ごはん 梅ジンジャーポーク さつま芋と昆布の煮物 えのきの味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・玉葱・もやし・キャベツ・梅干し・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 さつま芋・切昆布・砂糖・醤油 えのき・玉葱・白菜・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳  五平もち・牛乳 米・もち米・味噌・砂糖・みりん
28 木	ごはん 鶏の香味焼き ほうれん草のごま和え なめこ汁 くだもの	米 鶏もも肉・にんにく・酒・みりん・醤油・オイスター・ごま油 ほうれん草・もやし・人参・醤油・砂糖・ごま なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳  年越しうどん・牛乳 うどん・豚ばら肉・人参・大根・白菜・醤油 みりん・塩・もみのり
29 金	<b>年末休園</b>		
30 土	<b>年末休園</b>		