



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 (金)	ごはん すき焼き ゆず風味和え 味噌汁 オレンジ	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・ゆず・酢・砂糖・薄口醤油・塩 木綿豆腐・玉葱・なめこ・わかめ・味噌	ごまポッキー りんごと紅茶のカップケーキ (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・りんご・紅茶)
2 (土)	豚しぐれごはん 和え物 味噌汁 みかん	米・豚肉・もみのり・葱・砂糖・醤油・おろし生姜 キャベツ・人参・もやし・醤油・砂糖・かつお節 切干大根・しめじ・油揚げ・みつば・味噌	スティックビスケット おやつ
4 (月)	ごはん レバーと鶏肉の甘辛揚げ 三色和え 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・揚げ油・砂糖・みりん・酒・醤油 人参・大根・きゅうり・ツナ・醤油・砂糖 肉団子・玉葱・舞茸・葱・味噌	チーズ さつまいものレモン煮 (さつまいも・レモン果汁・砂糖)
5 (火)	ごはん 豚肉の生姜焼き 和え物 味噌汁 りんご	米 豚肉・おろし生姜・玉葱・もやし・キャベツ・人参・酒・みりん・醤油・砂糖・油 小松菜・切干大根・白菜・醤油・砂糖・すりごま 卵・ごぼう・大根・厚揚げ・みつば・味噌・ごま油	たまごボーロ プチピザ (ぎょうざの皮・ピーマン・玉葱・ツナ・ケチャップ・ピザチーズ)
6 (水)	ごはん さけのごま照り焼き 豚肉とかぼちゃの煮物 味噌汁 みかん	米 さけ・すりごま・醤油・みりん・酒・砂糖 豚肉・かぼちゃ・人参・しらたき・グリーンピース・砂糖・みりん・醤油・油 かぶ・かぶの葉・キャベツ・なめこ・味噌	スティックビスケット パイ (パイシート・グラニュー糖)
7 (木)	ごはん 麻婆豆腐 サラダ 白菜のとろみスープ オレンジ	米 木綿豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・干し椎茸・葱・味噌・醤油・酒・砂糖・片栗粉・ごま油 キャベツ・ちくわ・人参・もみのり・醤油・ごま・ごま油 白菜・玉葱・えのき・白葱・わかめ・おろし生姜・鶏がら・酒・片栗粉 オレンジ	ごまポッキー もちもちドーナツ (ホットケーキ粉・白玉団子の粉・砂糖・油・牛乳・揚げ油)
8 (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		ブルー 抹茶のスコーン (小麦粉・BP・抹茶・砂糖・無塩バター・卵)
9 (土)	★もちつき会 雑煮 漬物(以上児のみ) みかん	※未満児は誤嚥の危険性があるため、もちの提供はしません もち・鶏肉・かぶ・人参・大根・椎茸・みつば・酒・薄口醤油・みりん・塩 漬物	スティックビスケット おやつ
11 (月)	ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 なめたけ和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・ごぼう・人参・おろし生姜・砂糖・酒・醤油・油 きゅうり・白菜・もやし・なめたけ・醤油 さつまいも・玉葱・舞茸・葱・味噌	ごまポッキー 紅茶ボーロ (小麦粉・紅茶・砂糖・無塩バター・油)
12 (火)	豆乳かぼちゃパン クリームシチュー サラダ ウインナー みかん	豆乳かぼちゃパン 鶏肉・じゃがいも・玉葱・人参・しめじ・白菜・シチュールウ・パセリ キャベツ・ごぼう・切干大根・薄口醤油・酢・砂糖・油・かつお節 ウインナー	チーズ ツナしそおにぎり (米・ツナ・しそ・ごま・醤油・砂糖・みりん)
13 (水)	ごはん 磯辺つくね ひじきの煮物 すまし汁 バナナ	米 鶏挽肉・玉葱・人参・パン粉・青のり・味噌・醤油・砂糖 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 かにかま・大根・玉葱・みつば・塩・薄口醤油・ゆず	ブルー うどんかりんとう (ゆでうどん・小麦粉・揚げ油・粉糖)
14 (木)	★誕生会 生姜ごはん かれのい昆布あんかけ ごま和え 味噌汁 みかん	米・生姜・ひじき・酒・みりん・砂糖・薄口醤油 かれい・片栗粉・揚げ油・塩昆布・葱・酒・みりん・薄口醤油 春菊・白菜・切干大根・ハム・醤油・砂糖・すりごま 卵・人参・麩・白葱・味噌	スティックビスケット 黒糖蒸しパン (ホットケーキ粉・牛乳・黒砂糖)
15 (金)	ごはん 五目卵焼き 納豆和え 味噌汁 オレンジ	米 卵・ツナ・玉葱・白葱・切干大根・えのき・砂糖・醤油 ひきわり納豆・ほうれん草・もやし・人参・鶏挽肉・おろし生姜・おろしこんにゃく・ごま油・焼きのり・醤油 キャベツ・かぼちゃ・しらたき・味噌	たまごボーロ ホットビスケット (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・生クリーム)
16 (土)	豚もやし丼 味噌汁 みかん	米・豚肉・もやし・キャベツ・玉葱・鶏がら・みりん・醤油・片栗粉・ごま油 木綿豆腐・人参・椎茸・みつば・味噌 みかん	スティックビスケット おやつ

	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)
18 (月)	ごはん 鶏のゆずソースがけ 春菊のツナ和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・ゆず・砂糖・酢・醤油 春菊・人参・キャベツ・ツナ・醤油・砂糖 もやし・しめじ・板こんにゃく・わかめ・味噌	ブルー 焼肉パン (食パン・豚肉・玉葱・ピーマン・醤油・マヨネーズ・ピザチーズ)
19 (火)	ねぎ塩豚丼 ゆかり和え 味噌汁 りんご	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 ちくわ・白菜・大根・ゆかり さつまいも・油揚げ・えのき・みつば・味噌	たまごボーロ クラッカーサンド (クラッカー・ブルーベリージャム)
20 (水)	ごはん まめまめバーグ 煮浸し 味噌汁 みかん	米 豚挽肉・玉葱・人参・パン粉・大豆・調製豆乳・大根・しそ・砂糖・醤油・みりん・酢 小松菜・しめじ・切干大根・酒・みりん・醤油・砂糖 人参・玉葱・麩・葱・味噌	チーズ 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・パン缶・りんご・ビスケット・コーンフレーク)
21 (木)	ごはん 魚の梅煮 もみのり和え 味噌汁 バナナ	米 さば・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し・生姜 キャベツ・もやし・人参・もみのり・醤油 白菜・舞茸・ごぼう・厚揚げ・味噌・ごま油	スティックビスケット もちもち抹茶パン (白玉団子の粉・抹茶・油・牛乳・砂糖)
22 (金)	 クリスマスバイキング		ごまポッキー オレンジゼリー
23 (土)	梅塩ラーメン サラダ オレンジ	中華麺・豚肉・キャベツ・白葱・しそ・人参・もやし・梅干し・酒・鶏がら・ごま油 白菜・きゅうり・切干大根・ごま・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油 オレンジ	スティックビスケット おやつ
25 (月)	ハヤシライス サラダ チーズ みかん	米・豚肉・じゃがいも・人参・しめじ・玉葱・ハヤシルウ・油 キャベツ・きゅうり・大根・薄口醤油・酢・砂糖・油・かつお節 スティックチーズ	たまごボーロ バナナごまきな粉 (バナナ・きな粉・砂糖・塩・すりごま)
26 (火)	春菊と豚肉の混ぜごはん 鶏の甘酢焼き 味噌切り干し すまし汁 バナナ	米・豚肉・春菊・人参・おろし生姜・油・ウスターソース・ケチャップ・醤油・ごま 鶏肉・醤油・砂糖・みりん・酒・酢・葱 切干大根・油揚げ・人参・醤油・味噌・砂糖・みりん 大根・椎茸・玉葱・みつば・塩・薄口醤油	チーズ 麩のラスク (麩・砂糖・無塩バター)
27 (水)	ごはん ツナと豆腐のふわふわ揚げ 塩昆布和え 豚汁 りんご	米 ツナ・人参・木綿豆腐・ひじき・葱・醤油・塩・小麦粉・片栗粉・揚げ油 ブロッコリー・白菜・もやし・塩昆布 豚肉・人参・ごぼう・玉葱・白葱・味噌	ごまポッキー コーンフレーククッキー (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・コーンフレーク)
28 (木)	年越しうどん 酢の物 ゆで卵 オレンジ	ゆでうどん・鶏肉・人参・白菜・椎茸・ごぼう・白葱・油揚げ・味噌・みりん・薄口醤油・油 大根・きゅうり・もやし・わかめ・酢・砂糖・薄口醤油・かつお節 卵・塩	スティックビスケット たぬきおにぎり (米・天かす・葱・もみのり・めんつゆ)
29 (金)	年末休園 		
30 (土)	年末休園 		
31 (日)	年末休園 		

クリスマスバイキングメニュー

★ガーリックライス

(米・おろしにんにく・パセリ・ツナ・バター・塩・こしょう・コンソメ)

★ローストチキン

(鶏肉・おろしにんにく・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・塩・こしょう)

★リースサラダ

(キャベツ・ブロッコリー・人参・かつお節・薄口醤油・酢・砂糖・油)

★コーンスープ

(コーン・クリーム・コン・パセリ・コンソメ・牛乳)

●とんかつ

(豚肉・塩・こしょう・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・ウスターソース)

●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)

★みかん ●バナナ

※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、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承ください。