



12月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (金)	元気もりもり丼 れんこんのマヨ和え 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・玉葱・人参・もやし・しめじ・キャベツ・生姜・にんにく 酒・砂糖・醤油・みりん・油 れんこん・きゅうり・ツナ・醤油・マヨネーズ・すりごま 玉葱・大根・里芋・カットわかめ・味噌	リッツ キャラメルポテト (さつまいも・砂糖・バター・油)
2 (土)	鶏ごぼうごはん すまし汁 みかん	米・鶏挽肉・ごぼう・人参・酒・みりん・砂糖・醤油 鶏肉・大根・人参・白菜・豆腐・味噌 みかん	白い風船 おにぎり
☆就学前児は「もちつき会」のため、お雑煮とみかんを食べます。			
4 (月)	ごはん 中華風唐揚げ 三色ナムル スープ りんご	米 鶏肉・にんにく・醤油・酒・みりん・ごま油・片栗粉・揚げ油 きゅうり・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	ハッピーターン 鮭とポテトのおやき (鮭フレーク・じゃが芋・マヨネーズ・片栗粉)
5 (火)	ごはん ブリの照り焼き 和え物 味噌汁 みかん	米 ブリ・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 切干大根・白菜・人参・かつお節・醤油 玉葱・しめじ・さつまいも・味噌	リッツ りんごと紅茶のマフィン (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 無塩バター・卵・牛乳・紅茶・りんご)
6 (水)	カレーライス コールスローサラダ オレンジ	米・豚挽肉・玉葱・人参・じゃが芋・しめじ・カレールウ キャベツ・コーン・きゅうり・酢・塩・マヨネーズ・砂糖 オレンジ	白い風船 マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
7 (木)	ごはん 五目豆 酢の物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・人参・れんこん・大根・大豆・椎茸・砂糖・醤油・油 きゅうり・かぶ・砂糖・酢・薄口 油揚げ・じゃが芋・カットわかめ・味噌	ビスケット 小倉団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・ゆであずき)
8 (金)	ごはん 酢鶏 春雨サラダ 中華スープ りんご	米 鶏肉・片栗粉・油・玉葱・人参・ピーマン・ケチャップ・酢・砂糖・醤油 春雨・きゅうり・ツナ・酢・砂糖・薄口・ごま油 しめじ・玉葱・人参・にら・中華だしの素	ごまビスケット パイ (パイシート・グラニュー糖)
9 (土)	ひじきとツナの炊き込みご飯 豚汁 バナナ	米・ひじき・ツナ・人参・しめじ・醤油・みりん・酒 豚肉・大根・人参・ごぼう・白菜・豆腐・味噌 バナナ	ぱりんこ おにぎり
11 (月)	味噌ラーメン サラダ 煮卵 みかん	生中華麺・豚挽肉・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・鶏ガラスープの素・醤油 きゅうり・白菜・カットわかめ・薄口・砂糖・酢・ごま油 卵・醤油・みりん	ビスケット かぼちゃホットケーキ (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油 かぼちゃ)
12 (火)	ごはん 和風ミートローフ ごまネーズ和え 味噌汁 りんご	米 豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・椎茸・酒・醤油・塩・こしょう・米粉パン粉 ブロッコリー・人参・マヨネーズ・醤油・すりごま 油揚げ・カットわかめ・玉葱・味噌	リッツ ほろほろクッキー (小麦粉・砂糖・コーンスターチ・無塩バター 粉砂糖)
13 (水)	ごはん 鮭の西京焼き 和え物 のっぺい汁 みかん	米 鮭・味噌・酒・砂糖・薄口 春菊・白菜・コーン・醤油・砂糖・かつお節 鶏肉・大根・人参・里芋・白葱・塩・薄口・片栗粉	白い風船 お好み揚げ (豚肉・キャベツ・葱・小麦粉・揚げ油 中濃ソース)
14 (木)	ごはん ささみフライ 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏ささみ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・中濃ソース キャベツ・切干大根・人参・すりごま・醤油 人参・玉葱・えのき・じゃが芋・味噌	ごまビスケット かんたんピザ (餃子の皮・玉葱・コーン・ピーマン ケチャップ・ピザチーズ)
15 (金)	豆乳丸パン パンプキンシチュー ウインナー サラダ りんご	豆乳丸パン 鶏肉・玉葱・かぼちゃ・しめじ・ブロッコリー・人参・シチュールウ・牛乳・油 ウインナー キャベツ・きゅうり・ツナ・マヨネーズ	ぱりんこ しらすおにぎり (米・しらす干し・醤油・かつお節・ごま)
16 (土)	チャーハン スープ バナナ	米・豚挽肉・人参・椎茸・葱・ごま油・醤油・塩・こしょう・中華だしの素 豆腐・玉葱・人参・白菜・コーン・中華だしの素 バナナ	ハッピーターン おにぎり

	献立名	材料名	おやつ
18 (月)	ごはん 鶏のから揚げ 酢の物 味噌汁 みかん	米 鶏肉・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・油 きゅうり・大根・酢・砂糖・薄口 しめじ・玉葱・油揚げ・葱・味噌 みかん	ビスケット さつまいも蒸しパン  (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油 さつまいも)
19 (火)	 お弁当の日		ぱりんこ もちもちきなこパン (白玉粉・砂糖・きなこ・牛乳・油)
20 (水)	ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き しらす和え 味噌汁 りんご	米 鶏肉・マヨネーズ・酒・醤油 かぶ・きゅうり・しらす・酢・醤油・砂糖 人参・白菜・油揚げ・葱・味噌 りんご	リッツ フルーツヨーグルト (ヨーグルト・砂糖・みかん缶・バナナ)
21 (木)	ごはん スタミナ炒め 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・油・キャベツ・玉葱・人参・椎茸・もやし・葱・生姜・にんにく・酒・みりん・砂糖・醤油 ブロッコリー・人参・かつお節・醤油 玉葱・豆腐・カットわかめ・味噌 バナナ	ごまビスケット クリスマスケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・無塩バター 卵・生クリーム・みかん缶・いちご)
22 (金)	ごはん 卵焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	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・醤油・砂糖 玉葱・かぼちゃ・白菜・味噌 オレンジ	白い風船  キラキラクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 無塩バター・生クリーム・飾り用ゼリー)
23 (土)	牛しぐれごはん 味噌汁 バナナ	米・牛肉・玉葱・生姜・砂糖・醤油・油 豆腐・玉葱・人参・白菜・えのき・味噌 バナナ	ハッピーターン おにぎり
25 (月)	★Xmas バイクメニュー★ ツナカレーピラフ 豆乳かぼちゃ丸パン フライドチキン  ハンバーグ フライドポテト サラダ コーンスープ みかん	米・ツナ・人参・玉葱・鶏ガラスープの素・バター・塩・カレー粉 豆乳かぼちゃ丸パン 鶏肉・酒・レモン果汁・塩・醤油・にんにく・生姜・片栗粉・油 豚挽肉・牛挽肉・玉葱・人参・パン粉・塩・こしょう・ケチャップ フライドポテト・揚げ油・塩 ブロッコリー・人参・キャベツ・ツナ・マヨネーズ クリームコーン・コーン・玉葱・コンソメ みかん	白い風船 ゼリー 
26 (火)	根菜ごはん レバーのかりんとう きゅうり漬け 味噌汁 バナナ	米・鶏挽肉・ごぼう・人参・れんこん・酒・みりん・砂糖・塩・醤油 鶏レバー・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖・ごま きゅうり・塩こんぶ・醤油・ごま油 大根・人参・カットわかめ・味噌 バナナ	ビスケット リッツサンド (リッツ・りんごジャム)
27 (水)	ごはん 鯖の煮付け 納豆和え 味噌汁 りんご	米 鯖・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖 もやし・人参・キャベツ・納豆・醤油・かつお節 しめじ・玉葱・豆腐・味噌 りんご	リッツ ボーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖)
28 (木)	年越しうどん 和え物 ふかし芋 バナナ	ゆでうどん・鶏肉・油・油揚げ・玉葱・白菜・人参・葱・薄口・醤油・塩・酒・みりん ほうれん草・ひじき・ツナ・醤油・砂糖・酢  さつまいも・塩 バナナ	ぱりんこ おにぎり (米・しらす干し・ふりかけわかめ・ごま)
29 (金)	 年末休園 		
30 (土)	 年末休園 		

- ★ マヨネーズ、パイシートについては、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、ビスケット類については卵・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。

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください