



# 12月献立表



社会福祉法人みつき福祉会  
みつき古志原保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (月)	カレーライス サラダ バナナ	米・鶏肉・人参・玉葱・しめじ・かぼちゃ・カレールウ 大根・きゅうり・ツナ・酢・砂糖・薄口・油 バナナ	薄焼きせんべい たこ焼き風ポテト (じゃが芋・キャベツ・葱・塩・片栗粉 揚げ油・中濃ソース・かつお節・あおのり)
2 (火)	ごはん かき揚げ 和え物 味噌汁 りんご	米 豚肉・かぼちゃ・人参・ごぼう・玉葱・米粉・片栗粉・ベーキングパウダー・塩・揚げ油 白菜・人参・しらす干し・酢・砂糖・薄口 しめじ・玉葱・油揚げ・味噌 りんご	ビスケット ひよこ蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・油・砂糖 コーン・黒ごま)
3 (水)	ごはん タンドリーチキン サラダ スープ バナナ	米 鶏肉・カレー粉・ケチャップ・マヨネーズ・醤油・塩・にんにく・生姜 キャベツ・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・酢・塩 じゃが芋・人参・コーン・白菜・鶏がらスープの素 バナナ	じゃが芋チップ きなこ団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・きな粉・砂糖・塩)
4 (木)	ごはん 和風ハンバーグ 煮浸し 味噌汁 オレンジ	米 豚挽肉・豆腐・人参・玉葱・ひじき・米粉パン粉・塩・醤油・砂糖・みりん ほうれん草・油揚げ・しめじ・醤油・みりん・酒 大根・玉葱・人参・葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット 豆腐ガトーショコラ (豆腐・砂糖・塩・豆乳・油・米粉・片栗粉 ココア・粉糖・ベーキングパウダー)
5 (金)	ごはん すき焼き風煮 ごま和え なめこ汁 柿	米 豚肉・玉葱・白菜・椎茸・人参・糸こんにゃく・豆腐・白葱・醤油・砂糖・酒 人参・れんこん・きゅうり・すりごま・醤油 なめこ・油揚げ・カットわかめ・味噌 柿	リッツ 大学トースト (食パン・砂糖・みりん・醤油・無塩バター・黒ごま)
6 (土)	ねぎ塩チャーハン 中華スープ バナナ	米・豚挽肉・コーン・白葱・にんにく・生姜・鶏がらスープの素・塩・ごま油 玉葱・春雨・えのき・人参・鶏がらスープの素 バナナ	じゃが芋チップ おやつ
8 (月)	ごはん 松風焼き ゆかり和え 味噌汁 りんご	米 鶏挽肉・豆腐・玉葱・葱・酒・みりん・片栗粉・味噌・塩・ごま・砂糖・生姜 白菜・きゅうり・ちくわ・ゆかり 人参・油揚げ・玉葱・味噌 りんご	ビスケット スノーボールクッキー (小麦粉・片栗粉・砂糖・無塩バター・粉糖)
9 (火)	ナポリタン サラダ スープ みかん	スパゲティ・玉葱・しめじ・ピーマン・ウインナー・トマトピューレ・ケチャップ 中濃ソース・鶏がらスープの素・油・塩 ブロッコリー・人参・コーン・マヨネーズ・塩 豚挽肉・人参・えのき・じゃが芋・鶏がらスープの素 みかん	薄焼きせんべい 焼きおにぎり (米・醤油・みりん・かつお節・ごま油)
10 (水)	ごはん かれいの味噌焼き 切干大根の炒り煮 すまし汁 バナナ	米 かれい・味噌・酒・砂糖・みりん・ごま油・ごま 切干大根・油揚げ・人参・砂糖・みりん・酒・醤油・油 鶏肉・豆腐・玉葱・大根・塩・薄口 バナナ	リッツ もちもち抹茶パン (白玉粉・砂糖・油・豆乳・抹茶)
11 (木)	ごはん 鶏肉のからあげ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・生姜・みりん・醤油・酒 きゅうり・大根・コーン・酢・砂糖・薄口 玉葱・油揚げ・人参・葱・味噌 オレンジ	じゃが芋チップ じゃがりこ風 (じゃが芋・片栗粉・人参・塩・マヨネーズ・パセリ粉)
12 (金)	ごはん プルコギ サラダ スープ バナナ	米 豚肉・ごま油・おろしにんにく・玉葱・人参・えのき・にら・春雨・砂糖・醤油・味噌・片栗粉 ごぼう・キャベツ・ツナ・酢・砂糖・薄口・ごま油 玉葱・カットわかめ・白菜・鶏がらスープの素 バナナ	スティックビスケット リッツサンド (リッツ・いちごジャム)
13 (土)	チキンライス スープ オレンジ	米・鶏肉・玉葱・ミックスベジタブル・ケチャップ・塩・鶏がらスープの素・油 コーン・玉葱・しめじ・じゃが芋・鶏がらスープの素 オレンジ	ぱりんこ おやつ
15 (月)	ごはん 豆腐入りつくねあんかけ 酢の物 味噌汁 バナナ	米 豆腐・鶏挽肉・玉葱・片栗粉・塩・醤油・みりん・砂糖 かぶ・人参・酢・砂糖・薄口 しめじ・玉葱・キャベツ・味噌 バナナ	ビスケット リングドーナツ (ホットケーキミックス・砂糖・絹ごし豆腐・揚げ油)
16 (火)	ごはん レバーのかりんとう 和え物 味噌汁 みかん	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・砂糖・みりん・酒・醤油・ごま 白菜・人参・ツナ・すりごま・醤油 人参・玉葱・かぼちゃ・味噌 みかん	じゃが芋チップ じゃこマヨクラッカー (クラッカー・しらす干し・コーン・ごま マヨネーズ・ピザチーズ)

	献立名	材料名	おやつ
17 (水)	ごはん さばの煮付け 納豆和え 味噌汁 バナナ	米 さば・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 ほうれん草・人参・もやし・納豆・かつお節・醤油 玉葱・豆腐・大根・味噌 バナナ	リッツ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
18 (木)	<div><h1>お弁当の日</h1><p>※必ず火が通ったものを入れていただきますよう、よろしくお願い致します</p></div>		スティックビスケット シュガーパイ (パイシート・グラニュー糖)
19 (金)	大きなかぶごはん 鶏の西京焼き 塩っぺ和え すまし汁 りんご	米・かぶ・酒・塩・薄口・かぶの葉 鶏肉・味噌・砂糖・酒・みりん 切干大根・白菜・コーン・塩こんぶ 人参・玉葱・えのき・葱・塩・薄口 りんご	薄焼きせんべい はらぺこあおむしのパンケーキ (ホットケーキミックス・ほうれん草・豆乳 砂糖・油) 
20 (土)	中華丼 スープ オレンジ	米・豚肉・ごま油・玉葱・人参・白菜・しめじ・鶏がらスープの素・塩・薄口・片栗粉 コーン・人参・玉葱・春雨・鶏がらスープの素 オレンジ	じゃが芋チップ おやつ
22 (月)	ごはん 鶏肉のにんにく醤油焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・にんにく・酒・砂糖・醤油 ひじき・人参・油揚げ・酒・みりん・醤油・砂糖 人参・豆腐・しめじ・味噌 バナナ	ビスケット ゼリー
23 (火)	根菜あんかけ丼 和え物 味噌汁 りんご	米・豚肉・ごぼう・かぶ・大根・人参・葱・砂糖・みりん・醤油・酒・片栗粉 切干大根・キャベツ・コーン・醤油・かつお節 白菜・さつま芋・人参・味噌 りんご	薄焼きせんべい 塩焼きそば (焼きそば麺・豚肉・もやし・玉葱・キャベツ 薄口・鶏がらスープの素・塩・ごま油)
24 (水)	ごはん さばの焼きおろし煮 白和え 味噌汁 オレンジ	米 さば・塩・大根・葱・醤油・酒・砂糖 豆腐・ほうれん草・人参・ひじき・すりごま・砂糖・塩・薄口 油揚げ・玉葱・えのき・味噌 オレンジ	リッツ クリスマスケーキ (米粉ホットケーキミックス・豆乳・砂糖 油 豆乳生クリーム・みかん・バナナ) 
25 (木)	★クリスマスメニュー ピラフ ミートローフ サラダ スープ みかん 	米・鶏肉・ミックスベジタブル・玉葱・鶏がらスープの素・塩 豚挽肉・豆腐・玉葱・ひじき・塩・片栗粉・ケチャップ・中濃ソース キャベツ・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・酢・塩 米粉マカロニ・人参・しめじ・白菜・鶏がらスープの素 みかん	スティックビスケット クリスマスクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・無塩バター 豆乳生クリーム) 
26 (金)	年越しうどん 和え物 じゃが芋のそぼろ煮 バナナ 	ゆでうどん・鶏肉・油・油揚げ・玉葱・しめじ・人参・葱・薄口・醤油・塩・酒・みりん 春菊・白菜・コーン・砂糖・醤油 じゃが芋・豚挽肉・油・醤油・砂糖・みりん バナナ	じゃが芋チップ 豚しぐれおにぎり (米・豚肉・玉葱・生姜・砂糖・醤油・油)
27 (土)	きんぴらごはん 和え物 味噌汁 オレンジ	米・鶏挽肉・ごぼう・人参・醤油・みりん・ごま油・ごま ブロッコリー・コーン・かつお節・醤油 玉葱・さつま芋・えのき・葱・味噌 オレンジ 	ぱりんこ おにぎり
29 (月)	<div><h1>年末休園</h1></div>		
30 (火)			
31 (水)			

- ★ マヨネーズ、パイシート、ちくわについては、卵不使用のものを使用しています。
- ★ ビスケット類、ホットケーキミックス、食パンについては卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ カレールウについては、卵・乳・小麦不使用のものを使っています。
- ★ 未満児は午前おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつに牛乳を飲みます。

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、あらかじめご了承ください