



# 12月献立表(昼食・おやつ)



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき浜乃木保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (月)	ごはん 落とし揚げ プロッコリーのおかか和え 味噌汁 バナナ	米 水煮大豆・鶏挽肉・ごぼう・人参・小麦粉・酒・塩・醤油・油 プロッコリー・かつお節・醤油 白菜・豆腐・大根・ねぎ・味噌 バナナ	クラッカー さつま芋ホットケーキ (さつま芋・ホットケーキミックス ヨーグルト・牛乳・油 ホットケーキシロップ)
2 (火)	ごはん ホイコーロー <sup>1</sup> バンサンスー <sup>2</sup> わかめスープ オレンジ	米 豚もも・砂糖・酒・醤油・テンメンジャン・ごま油・キャベツ・人参・ピーマン・片栗粉 春雨・きゅうり・人参・ハム・酢・砂糖・薄口・ごま油 玉葱・もやし・白ねぎ・わかめ・鶏がらスープの素 オレンジ	ピスケット スノーボール (小麦粉・砂糖・牛乳・バター・粉糖)
3 (水)	ごはん さばの梅煮 納豆和え 味噌汁 バナナ	米 さば・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し 納豆・ほうれん草・キャベツ・人参・醤油・かつお節 かぶ・玉葱・人参・なめこ・味噌 バナナ	スティックピスケット クラッカーサンド (クラッカー・りんごジャム)
4 (木)	ごはん 鶏のごま味噌焼き 五目きんぴら すまし汁 みかん	米 鶏もも・すりごま・味噌・砂糖・みりん・酒・醤油 ごぼう・人参・れんこん・ちくわ・しらたき・砂糖・醤油・みりん・ごま油 白菜・玉葱・えのき・油揚げ・塩・薄口 みかん	ルヴァン ゆかりチーズおにぎり (米・ゆかり・チーズ)
5 (金)	ハヤシライス コールスローサラダ バナナ	米・豚もも・玉葱・人参・じゃが芋・しめじ・ハヤシルウ・油 キャベツ・人参・コーン・酢・砂糖・塩・油 バナナ	クラッcker フルーツヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・バナナ・みかん缶)
6 (土)	 発表会 		
8 (月)	ごはん 花しゅうまい プロッコリーのソテー <sup>3</sup> 白菜のとろみスープ オレンジ	米 豚挽肉・しいたけ・玉葱・塩・生姜・砂糖・醤油・ごま油・片栗粉・しゅうまいの皮 プロッコリー・塩・鶏がらスープの素・油 白菜・人参・白ねぎ・生姜・コンソメ・片栗粉 オレンジ	ピスケット しらすおにぎり (米・しらす干し・醤油・もみのり・ごま ごま油)
9 (火)	ごはん ヤンニヨムチキン 小松菜のナムル 中華風コーンスープ バナナ	米 鶏もも・塩・酒・片栗粉・油・ケチャップ・醤油・みりん・砂糖・にんにく・ごま油・ごま 小松菜・もやし・人参・砂糖・醤油・塩・ごま油 クリームコーン・コーン・玉葱・ねぎ・鶏がらスープの素・ごま油 バナナ	スティックピスケット マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
10 (水)	ごはん 肉豆腐 切干大根の酢の物 味噌汁 みかん	米 豆腐・豚もも・玉葱・人参・しらたき・白ねぎ・砂糖・みりん・酒・醤油・油 切干大根・きゅうり・酢・砂糖・薄口 油揚げ・キャベツ・人参・しめじ・味噌 みかん	ルヴァン ミルキーラスク (食パン・バター・コンデンスマルク グラニュー糖)
11 (木)	ごはん 鶏つくね 白菜のツナマヨ和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏挽肉・塩・生姜・玉葱・片栗粉・油・砂糖・みりん・醤油 白菜・人参・ツナ・マヨネーズ・醤油 豆腐・大根・玉葱・わかめ・味噌 オレンジ	クラッcker お好み焼き (小麦粉・キャベツ・ねぎ・豚ばら 長芋・お好みソース)
12 (金)	★誕生会 こぎつねごはん さけのバター醤油焼き 大根サラダ 味噌汁 バナナ	米・鶏挽肉・油揚げ・人参・砂糖・酒・薄口・醤油・塩・油 さけ・小麦粉・油・醤油・みりん・バター 大根・きゅうり・ハム・酢・砂糖・薄口 ふ・玉葱・人参・えのき・ほうれん草・味噌 バナナ	スティックピスケット ディアマンクッキー <sup>4</sup> (小麦粉・ベーキングパウダー・ココア 砂糖・バター・牛乳・グラニュー糖)
13 (土)	鶏ごぼうごはん 具だくさん汁 みかん	米・鶏もも・ごぼう・砂糖・酒・みりん・醤油・油 豚ばら・大根・玉葱・人参・白ねぎ・油揚げ・味噌 みかん	ピスケット おやつパン

	献立名	材料名	おやつ
15 (月)	ごはん 鶏の塩麹焼き 切干大根の炒り煮 味噌汁 バナナ	米 鶏もも・塩麹・酒・醤油 切干大根・鶏挽肉・人参・油揚げ・砂糖・みりん・酒・醤油・油 キャベツ・玉葱・人参・わかめ・味噌 バナナ	ルヴァン ぶどうゼリー
16 (火)	ごはん さばの竜田揚げ 甘酢和え 味噌汁 オレンジ	米 さば・生姜・酒・醤油・片栗粉・油 もやし・人参・きゅうり・すりごま・酢・砂糖・塩 かぼちゃ・えのき・玉葱・ねぎ・味噌 オレンジ	クラッカー ジャムサンド (食パン・いちごジャム)
17 (水)	ごはん ハンバーグ マカロニサラダ 冬野菜のポトフ バナナ	米 豚挽肉・玉葱・じゃが芋・パン粉・牛乳・塩・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 キャベツ・きゅうり・ハム・マカロニ・マヨネーズ・砂糖・塩 ベーコン・かぶ・かぶの葉・人参・しめじ・じゃが芋・コンソメ バナナ	ピスケット きな粉団子 (白玉粉・豆腐・きな粉・砂糖・塩)
18 (木)	菜めし おでん 白菜の浅漬け みかん	米・しらす干し・大根の葉・砂糖・醤油・ごま・ごま油 鶏もも・大根・里芋・厚揚げ・ちくわ・酒・塩・みりん・薄口 白菜・人参・もやし・塩・塩昆布 みかん	スティックピスケット カレー肉まん (ホットケーキミックス・カレー粉・油 豚挽肉・玉葱・人参・片栗粉・ケチャップ ウスターソース)
19 (金)	ごはん レバーの甘辛煮 野菜サラダ 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・片栗粉・油・砂糖・酒・みりん・醤油 キャベツ・プロッコリー・人参・コーン・酢・砂糖・薄口・油 豆腐・玉葱・白ねぎ・なめこ・味噌 バナナ	ルヴァン 塩おにぎり (米・塩・のり)
20 (土)	ミートスパゲティー スープ バナナ	スパゲティー・豚挽肉・にんにく・玉葱・人参・セロリ・塩・油・トマト缶・ケチャップ・砂糖・コンソメ 鶏もも・玉葱・人参・じゃが芋・パセリ粉・コンソメ バナナ	クラッカー おやつパン
22 (月)	<p style="text-align: center;"><b>お弁当の日</b></p> <p style="text-align: center;">※お弁当には必ず火を通したものを入れていただきますようお願いします</p>		
23 (火)	ごはん ぶりの照り焼き ほうれん草のなめだけ和え 豚汁 オレンジ	米 ぶり・小麦粉・油・みりん・醤油・砂糖・酒・片栗粉 ほうれん草・人参・なめだけ 豚ばら・大根・玉葱・ごぼう・人参・白ねぎ・味噌 オレンジ	クラッカー もちもちドーナツ (ホットケーキミックス・白玉粉 豆腐・油・グラニュー糖)
24 (水)	★クリスマス会 カラフルピラフ ローストチキン サラダ シチュー バナナ	米・ベーコン・玉葱・ピーマン・赤ピーマン・黄ピーマン・コンソメ・塩・油 鶏もも・にんにく・塩・醤油・酒・はちみつ プロッコリー・コーン・酢・砂糖・薄口 ワインナー・人参・じゃが芋・玉葱・白菜・シチュールウ・牛乳・油 バナナ	ルヴァン クリスマスケーキ (ホットケーキミックス・ヨーグルト・油 牛乳・生クリーム・バナナ・みかん缶 もも缶)
25 (木)	ごはん 豚肉の生姜焼き ゆかりツナ和え 味噌汁 みかん	米 豚もも・豚ばら・玉葱・人参・生姜・酒・みりん・醤油・砂糖・油 キャベツ・人参・もやし・ツナ・ゆかり かぼちゃ・玉葱・えのき・ねぎ・味噌 みかん	スティックピスケット ふのラスク (ふ・バター・グラニュー糖)
26 (金)	年越しうどん きゅうりの酢の物 バナナ	ゆでうどん・鶏もも・玉葱・人参・白ねぎ・油揚げ・酒・みりん・塩・薄口・醤油 きゅうり・わかめ・人参・ちくわ・酢・砂糖・薄口 バナナ	ピスケット さけおにぎり (米・焼き鮭・醤油・ごま)
27 (土)	カレーライス サラダ オレンジ	米・豚もも・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・カレールウ・油 キャベツ・きゅうり・ハム・酢・砂糖・薄口 オレンジ	ルヴァン おやつパン

★3歳未満児は午前おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます

★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、あらかじめご了承下さい

★マヨネーズ、ハム、ベーコン、ワインナー、ちくわ、食パンは卵不使用のものを使用しています



# 12月献立表(夕食)



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき浜乃木保育園

	献立名	材料名
1 (月)	ごはん 鶏の醤油マヨ焼き 昆布和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも・砂糖・醤油・マヨネーズ 大根・もやし・キャベツ・塩昆布 ふ・油揚げ・玉葱・人参・ねぎ オレンジ
2 (火)	ごはん さけの塩焼き かぼちゃの煮物 味噌汁 バナナ	米 さけ・酒・塩 かぼちゃ・砂糖・醤油 油揚げ・大根・えのき・白ねぎ・味噌 バナナ
3 (水)	ごはん 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ スープ みかん	米 豆腐・豚挽肉・玉葱・パン粉・牛乳・塩・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 じゃが芋・きゅうり・人参・マヨネーズ・酢・砂糖・塩 キャベツ・しめじ・人参・コンソメ みかん
4 (木)	塩ラーメン きゅうりの甘酢和え バナナ	ちゃんぽん麺・焼き豚・人参・キャベツ・コーン・もやし・白ねぎ・油・鶏がらスープの素・白だし きゅうり・酢・砂糖・塩 バナナ
5 (金)	ごはん 焼き肉 しらす和え 味噌汁 オレンジ	米 豚ばら・にんにく・生姜・砂糖・酒・醤油・キャベツ・玉葱・もやし・人参・塩・油 大根・きゅうり・しらす干し・酢・砂糖・薄口 豆腐・玉葱・人参・ねぎ・味噌 オレンジ
6 (土)	みそ煮込みうどん ブロッコリーのツナ和え バナナ	ゆでうどん・鶏もも・油揚げ・ちくわ・白菜・人参・白ねぎ・味噌・みりん ブロッコリー・ツナ・酢・砂糖・薄口 バナナ
8 (月)	ごはん さばの照り焼き ゆかり和え 味噌汁 バナナ	米 さば・砂糖・みりん・酒・醤油 キャベツ・切干大根・人参・ゆかり かぼちゃ・玉葱・油揚げ・白ねぎ・味噌 バナナ
9 (火)	塩豚うどん わかめの酢の物 みかん	ゆでうどん・豚ばら・玉葱・人参・もやし・キャベツ・白ねぎ・酒・みりん・鶏がらスープの素・塩・ごま油 わかめ・きゅうり・ちくわ・酢・砂糖・薄口 みかん
10 (水)	ごはん 鶏ののり塩パン粉焼き おかかマヨ和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも・青のり・塩・パン粉 れんこん・ブロッコリー・かつお節・マヨネーズ・醤油 なめこ・大根・玉葱・人参・白ねぎ・味噌 オレンジ
11 (木)	根菜カレー ごま酢和え バナナ	米・豚もも・玉葱・人参・しめじ・れんこん・ごぼう・じゃが芋・カレールウ・油 もやし・人参・ハム・すりごま・酢・砂糖・塩 バナナ
12 (金)	ごはん チャプチエ たたききゅうり スープ オレンジ	米 玉葱・赤ピーマン・人参・塩・油・豚もも・春雨・にんにく・醤油・砂糖・ねぎ・ごま油 きゅうり・酢・醤油・砂糖・ごま油 豆腐・白菜・わかめ・鶏がらスープの素 オレンジ
13 (土)	ロールパン ビーフシチュー サラダ バナナ	ロールパン 牛もも・じゃが芋・玉葱・人参・ブロッコリー・油・シチュー・ルウ キャベツ・人参・きゅうり・酢・砂糖・塩・油 バナナ

	献立名	材料名
15 (月)	ごはん 豚肉の梅生姜焼き ブロッコリーのごま和え 味噌汁 オレンジ	米 豚ばら・豚もも・玉葱・ピーマン・人参・生姜・梅干し・みりん・醤油・砂糖・酒・油 ブロッコリー・すりごま・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・かぶ・味噌 オレンジ
16 (火)	中華丼 スープ バナナ	米・豚もも・玉葱・人参・白菜・干ししいたけ・生姜・酒・鶏がらスープの素・醤油・塩・砂糖・片栗粉・ごま油 もやし・しめじ・白ねぎ・わかめ・鶏がらスープの素・ごま油・ごま バナナ
17 (水)	ごはん 鶏の照り焼き ほうれん草ののり和え 味噌汁 みかん	米 鶏もも・砂糖・みりん・酒・醤油・片栗粉 ほうれん草・キャベツ・人参・すりごま・もみのり・醤油 油揚げ・大根・えのき・人参・味噌 みかん
18 (木)	味噌ラーメン 中華きゅうり バナナ	ちゃんぽん麺・豚挽肉・ごま油・生姜・にんにく・味噌・白ねぎ・鶏がらスープの素・塩・砂糖・醤油・みりん・バター・キャベツ 人参・もやし・チンゲン菜・コーン きゅうり・酢・醤油・砂糖・ごま油・かつお節 バナナ
19 (金)	ごはん さわらのムニエル れんこんソテー <sup>スープ</sup> オレンジ	米 さわら・塩・小麦粉・バター・パセリ粉 れんこん・ワインナー・塩・油 キャベツ・人参・コーン・じゃが芋・コンソメ オレンジ
20 (土)	ごはん 鶏すき煮 ゆかり和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも・玉葱・白菜・ごぼう・白ねぎ・厚揚げ・砂糖・みりん・酒・薄口・醤油・油 きゅうり・人参・ゆかり 玉葱・人参・もやし・わかめ・味噌 オレンジ
22 (月)	ごはん 鶏のから揚げ 切干大根の炒り煮 味噌汁 バナナ	米 鶏もも・生姜・にんにく・酒・醤油・塩・片栗粉・油 切干大根・人参・油揚げ・砂糖・みりん・醤油・酒・油 ふ・かぶ・人参・玉葱・白ねぎ・味噌 バナナ
23 (火)	塩焼きそば 肉団子スープ バナナ	焼きそば麺・豚ばら・玉葱・人参・キャベツ・もやし・塩・薄口・鶏がらスープの素・ごま油 肉団子・えのき・白菜・白ねぎ・鶏がらスープの素 バナナ
24 (水)	ごはん カレイの香り味噌焼き 納豆和え すまし汁 オレンジ	米 カレイ・味噌・酒・砂糖・みりん・ごま・ごま油 ほうれん草・キャベツ・人参・納豆・醤油 玉葱・しめじ・油揚げ・わかめ・塩・薄口 オレンジ
25 (木)	ごはん 麻婆豆腐 三色ナムル スープ オレンジ	米 豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・白ねぎ・しいたけ・にんにく・生姜・砂糖・酒・醤油・味噌・テンメンジャン・鶏がらスープの素 片栗粉・ごま油 小松菜・もやし・人参・醤油・砂糖・塩・ごま・ごま油 大根・玉葱・ねぎ・なめこ・鶏がらスープの素 オレンジ
26 (金)	ごはん 肉じゃが 昆布和え 味噌汁 みかん	米 豚もも・じゃが芋・玉葱・人参・しらたき・砂糖・みりん・酒・醤油・油 白菜・きゅうり・塩昆布 もやし・玉葱・人参・油揚げ・味噌 みかん
27 (土)	そぼろ丼 味噌汁 バナナ	米・鶏挽肉・生姜・コーン・人参・酒・醤油・砂糖・油 豆腐・大根・玉葱・味噌 バナナ

天候等の理由により、一部献立がかかる場合もありますので、あらかじめご了承下さい