



# 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月	ごはん 豚肉と大根の中華炒め ほうれん草のナムル じゃが芋の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・大根・ごま油・中華だし・生姜・オイスター・醤油・酒・片栗粉 ほうれん草・人参・もやし・コーン缶・ごま油・醤油・砂糖・酢・ごま 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  おからソフトクッキー・牛乳 おから・米粉・きな粉・砂糖・油・豆乳
2火	ごはん 鶏塩回鍋肉 ひじきの煮物 なめこ汁 くだもの	米 鶏もも肉・キャベツ・玉葱・葱・ごま油・にんにく・酒・塩・中華だし・片栗粉 ひじき・人参・油揚げ・醤油・砂糖・ごま油・ごま・かつお節 なめこ・玉葱・白菜・わかめ・葱・味噌	干し芋・牛乳  豆腐のおやき・牛乳 木綿豆腐・ひじき・コーン缶・米粉・片栗粉 中華だし・醤油
3水	ごはん かれのいのゆかりマヨ焼き 小松菜の納豆和え  えのきの味噌汁 くだもの	米 かれい・醤油・みりん・ゆかり・マヨネーズ 納豆・小松菜・人参・キャベツ・ごま油・醤油・砂糖 ごま・もみのり・かつお節 えのき・玉葱・キャベツ・豆腐・葱・味噌	ルヴァン・牛乳  ゆずケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳バター・豆乳 ゆず
4木	うどん 焼き南瓜 ブロッコリーの和風マヨサラダ くだもの	うどん・豚ばら肉・玉葱・キャベツ・もやし・にら ごま油・醤油・中華だし 南瓜・塩・ガーリックパウダー・パセリ粉 ブロッコリー・人参・マヨネーズ・醤油・砂糖・かつお節	黒ごまビスケット・牛乳  中華おこわおにぎり・牛乳 米・もち米・豚挽肉・人参・葱・ごま油・醤油 オイスター・酒・砂糖・塩・みりん
5金	 親子にここにこデイ		
6土	牛丼 キャベツの味噌汁 くだもの	米・牛ばら肉・人参・玉葱・葱・醤油・みりん・酒・ごま油 キャベツ・玉葱・油揚げ・わかめ・葱・味噌	おやつ・牛乳  抹茶あんぱん・牛乳
8月	ごはん 牛肉とにらの炒め物 じゃが芋のおかか煮 白菜の味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・人参・にら・にんにく・ごま油・醤油・酒・オイスター じゃが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 白菜・玉葱・油揚げ・わかめ・葱・味噌	とろべー・牛乳  アップルパイ・牛乳 りんご・砂糖・ぎょうざの皮・油 グラニュー糖
9火	ぶどうパン ポークソテー パーベキューソース ツナサラダ コンソメ豆乳スープ くだもの	ぶどうパン 豚肩ロース・塩・小麦粉・ケチャップ・ウスター・醤油・レモン果汁・酒 人参・キャベツ・ブロッコリー・ツナ・マヨネーズ・塩 人参・玉葱・キャベツ・ほうれん草・コンソメ・塩・豆乳・油	野菜ハイハイン・牛乳  焼き味噌おにぎり・牛乳 米・味噌・醤油・みりん・砂糖・ごま油・ごま
10水	ごはん 鮭のごま酢照り焼き かぶのそぼろ煮 南瓜の味噌汁 くだもの	米 鮭・ごま・醤油・みりん・砂糖・酢・ごま油 かぶ・豚挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳  メロンパンスコーン・牛乳 ホットケーキ粉・豆乳バター・豆乳 バニラエッセンス・グラニュー糖
11木	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 白菜のしゃきしゃき和え マーボー大根 くだもの	米 鶏レバー・ごま油・生姜・醤油・砂糖・酒 白菜・人参・キャベツ・コーン缶・醤油・ごま・ごま油 豚挽肉・大根・人参・玉葱・ごま油・生姜・にんにく・醤油 酒・中華だし・片栗粉	干しぶどう・牛乳  たこ焼き風じゃが丸くん・牛乳 じゃが芋・塩・片栗粉・白玉粉・ケチャップ 醤油・砂糖・みりん・ウスター・オイスター 青のり・かつお節
12金	 お弁当の日		
13土	焼き豚チャーハン わかめスープ くだもの 味噌バターラーメン	米・焼き豚・玉葱・にら・にんにく・生姜・オイスター 味噌・醤油・塩・ごま油 わかめ・人参・玉葱・中華だし・薄口醤油・ごま 中華麺・豚ばら肉・人参・玉葱・キャベツ・葱・中華だし 味噌・豆乳バター	ハイハイン・牛乳  さつま芋のみたらし団子・牛乳 さつま芋・白玉粉・砂糖・醤油・みりん・片栗粉  おやつ・牛乳  いちごロール・牛乳
15月	和風ポテト 大根サラダ くだもの	じゃが芋・青のり・ゆかり・塩・ごま 大根・人参・胡瓜・しらす・醤油・酢・オリーブ油・塩・ごま	干し芋・牛乳  おかかバターおにぎり・牛乳 米・かつお節・豆乳バター・醤油・ごま・大葉
16火	ごはん 甘辛唐揚げ  もみのり和え 玉葱の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・塩・かつお節・マヨネーズ・にんにく・片栗粉・油 みりん・醤油・砂糖・ごま 人参・キャベツ・小松菜・醤油・もみのり 玉葱・えのき・わかめ・油揚げ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳  ふかし芋・牛乳 さつま芋

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
17水	冬野菜のキーマカレー  金時豆煮 コールスローサラダ くだもの	米・合挽肉・人参・里芋・玉葱・ほうれん草・大根・トマト缶 カレールウ・ケチャップ・ウスター・豆乳バター 金時豆・醤油・砂糖 人参・キャベツ・コーン缶・マヨネーズ・酢・砂糖・オリーブ油	ハイハイン・牛乳  肉まん・牛乳 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・塩 豚挽肉・葱・醤油・生姜・ごま油・片栗粉
18木	ごはん 牛肉の大和煮 小松菜のお浸し 大根の味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・人参・玉葱・生姜・醤油・酒・砂糖 小松菜・人参・しらす・醤油・ごま油・ごま 大根・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳  おからココアボール・牛乳 おから・豆乳バター・砂糖・米粉 干しぶどう・ココア
19金	ごはん かれのいのねぎ焼き さつま芋と昆布の煮物 豚汁 くだもの	米 かれい・葱・醤油・酒・みりん さつま芋・刻み昆布・醤油・砂糖 豚ばら肉・人参・大根・ごぼう・白滝・油揚げ・葱・ごま油・味噌	とろべー・牛乳  冬野菜の雑炊・牛乳 米・鶏挽肉・ほうれん草・大根・人参 葱・醤油・塩
20土	チキンライス  コンソメスープ  くだもの	米・鶏もも肉・人参・玉葱・ピーマン・コーン缶・油 ケチャップ・ウスター・塩 人参・玉葱・キャベツ・ほうれん草・えのき・コンソメ 塩・豆乳バター	おやつ・牛乳  芋パン・牛乳
22月	ごはん 鶏のゆず醤油焼き 切干大根の旨煮 人参の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・醤油・みりん・ゆず 切干大根・人参・油揚げ・醤油・みりん・砂糖 人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	野菜ハイハイン・牛乳  南瓜どら焼き・牛乳 米粉・豆腐・みりん・ベーキングパウダー 南瓜・砂糖
23火	黒糖パン 照り焼きハンバーグ ブロッコリーのソテー 冬野菜のシチュー  くだもの	黒糖パン 合挽肉・玉葱・生姜・パン粉・塩・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 ブロッコリー・人参・ベーコン・コーン缶・油・醤油・コンソメ 鶏もも肉・じゃが芋・人参・ブロッコリー・かぶ・玉葱 ほうれん草・豆乳バター・シチュールウ	干しぶどう・牛乳  ためきむすび・牛乳 米・天かす・葱・醤油・みりん・砂糖 もみのり・ごま
24水	ごはん 豚の生姜焼き もやしのごま和え 麩の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・玉葱・油・生姜・酒・醤油・みりん・片栗粉 もやし・人参・胡瓜・醤油・砂糖・ごま 汁麩・人参・玉葱・えのき・わかめ・味噌	ルヴァン・牛乳  磯部焼き風大根もち・牛乳 大根・葱・片栗粉・小麦粉・もみのり・酒 砂糖・醤油・みりん・ごま油
25水	クリスマス誕生会 冬野菜ピラフ 鮭のサクサク焼き ツリーサラダ かぶのスープ くだもの	米・豚ばら肉・ごぼう・人参・玉葱・しめじ・油・塩・コンソメ・パセリ粉 鮭・塩・パン粉・パセリ粉・ケチャップ・ウスター 南瓜・人参・胡瓜・コーン缶・マヨネーズ・塩 ベーコン・かぶ・玉葱・ほうれん草・えのき・コンソメ・塩	黒ごまビスケット・牛乳  いちごムース・牛乳 いちご・豆腐・ゼラチン・砂糖・油
26金	ごはん 牛肉のスタミナ炒め 人参とさつま芋のきんぴら 厚揚げの味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・人参・玉葱・キャベツ・にんにく・ごま油・醤油・酒・オイスター 人参・さつま芋・ごま油・醤油・砂糖・ごま 厚揚げ・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳  年越しビーフン・牛乳 ビーフン・豚ばら肉・人参・キャベツ・にら ごま油・中華だし・薄口醤油
27土	冬野菜の中華丼  もやしの味噌汁 くだもの	米・豚ばら肉・人参・白菜・しめじ・さつま芋・葱・生姜・にんにく ごま油・中華だし・塩・醤油・砂糖・片栗粉 もやし・人参・玉葱・わかめ・葱・味噌	おやつ・牛乳  オレンジゼリー・ルヴァン・牛乳
29月	 年末休園		
30火			
31水			

☆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、バター、チーズ、ホットケーキ粉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人参、大根、ほうれん草、ごぼう、白菜、かぶ、南瓜、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。