

2024年 12月 献立表

日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ	日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ	
		熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える				熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える		
2 (月)	豚丼	米 70 糸こんにゃく 10	豚肉 40	玉ねぎ 30 人参 15 干しいたけ 1	おかし マリービスケット 小麦× 小魚家族に変更	16 (月)	ご飯	米 70	さわらのマヨコーン焼き マヨネーズ 6 (卵不使用)	さわら 60 さわら一鶏肉に変更	コーン 6	おかし エースコイン 小麦× アンパンマンピーせんべいに変更
	いんげんの胡麻和え		焼きちくわ 10	いんげん 25 人参 10			切干大根の煮物		刻み揚げ 8	切干大根 3.5 人参 10 干しいたけ 0.5 いんげん 5		
	大根の味噌汁		刻み揚げ 6	大根 2 青ねぎ 2			豆腐のすまし汁		豆腐 22	白菜 10		
	オレンジ			オレンジ 30								
3 (火)	ご飯	米 70			おかし 五穀ビスケット 小麦× アンパンマンピーせんべいに変更	17 (火)	ロールパン	ロールパン 40				いちご生クリームパイ パイシート (卵不使用) グラニュー糖、生クリーム いちご、粉砂糖 小麦× コンフレックおこしに変更 乳× コンフレックおこしに変更
	豚肉と厚揚げの味噌炒め		豚肉 40 絹厚揚げ 30	玉ねぎ 20 人参 8 キャベツ 10			ローズチキン		鶏肉 80	玉ねぎ 10 ブロccoli 25 人参 8		
	切干大根の酢の物			切干大根 3.5 胡瓜 10 人参 10			ブロccoliの和え物			人参 8 胡瓜 10 コーン 10		
	わかめのすまし汁		わかめ 0.4	玉ねぎ 10 みかん 30			ツリー風ポテトサラダ		じゃがいも 30 マヨネーズ 6 (卵不使用)	人参 8 胡瓜 10 コーン 10		
	みかん						白菜のスープ	わかめ 0.2 ヤクルト 65	白菜 15			
4 (水)	ご飯	米 70			麩のラスク (きな粉) 麩、上白糖、バター きな粉 小麦× 高野豆腐に変更	18 (水)	ご飯	米 70				チーズいももち じゃがいも、チーズ 片栗粉
	カレイの煮つけ		カレイ 60 カレイ×一鶏肉に変更	玉ねぎ 10 人参 8			厚揚げのそぼろ煮		厚揚げ 35 豚挽肉 35	玉ねぎ 30 人参 10 グリーンピース 5		
	じゃがいもの炒め物		じゃがいも 40	鶏挽肉 8			キャベツのツナ和え		ツナ 5	キャベツ 35 人参 10		
	白菜の味噌汁			豆腐 13 白菜 17 青ねぎ 2			ほうれん草の味噌汁			ほうれん草 18 玉ねぎ 10		
	グレープフルーツ			グレープフルーツ 30			グレープフルーツ 30					
5 (木)	わかめおにぎり	米 35	わかめ 0.3		ポテトフライ (コンソメ) じゃがいも、コンソメ 塩、揚げ油	19 (木)	ご飯	米 70				おかし ホームパイ 小麦× 小魚家族に変更
	五目うどん	うどん 120	鶏肉 30	玉ねぎ 15 人参 10 白菜 15 干しいたけ 0.5			鶏肉の甘酢炒め		さつまいも 20	鶏肉 45 玉ねぎ 25 人参 10 ピーマン 10 赤ピーマン 8		
	コロコロサラダ	マヨネーズ 6 (卵不使用)		大根 30 人参 15 コーン 10 いんげん 10			もやしの和え物			もやし 40 胡瓜 10 コーン 10		
	バナナ			バナナ 40			わかめのスープ		わかめ 0.4	玉ねぎ 10 オレンジ 30		
6 (金)	ご飯	米 70			いちごジャムサンド 食パン (卵不使用) いちごジャム 小麦× 食パン×マッシュマロースに変更	20 (金)	ご飯	米 70				フルーツヨーグルト ヨーグルト、上白糖 ストロベリーソース、みかん缶 乳× ゼリーに変更
	麻婆豆腐		豚挽肉 35 豆腐 40	玉ねぎ 20 人参 10 干しいたけ 0.5			チキンカレー		米 70 じゃがいも 15	鶏肉 40 玉ねぎ 20 人参 10 かぼちゃ 15		
	小松菜の和え物			小松菜 25 人参 10 キャベツ 25			ワインナー		ワインナー 20 (卵不使用)	大根 40 コーン 10 胡瓜 10 バナナ 40		
	わかめのスープ		わかめ 0.4	コーン 8			バナナ					
7 (土)	ご飯	米 70			おかし エースコイン 小麦× アンパンマンピーせんべいに変更	21 (土)	おかかおにぎり	米 35	かつおぶし 0.5			おかし 五穀ビスケット 小麦× 野菜家族に変更
	豚肉のカレー炒め		じゃがいも 25	豚肉 45			肉うどん		うどん 120	豚肉 35 玉ねぎ 15 人参 8 ほうれん草 10		
	大根の胡麻マヨ和え		マヨネーズ 6 (卵不使用)	大根 40 胡瓜 10 コーン 6			さつまいものサラダ		さつまいも 30 マヨネーズ 6 (卵不使用)	胡瓜 10 コーン 10		
	ほうれん草のスープ		豆腐 10	ほうれん草 15								
9 (月)	ご飯	米 70			おかし たべっ子どうぶつ 小麦× 野菜家族に変更	23 (月)	混ぜ込みチャーハン	米 70	鶏挽肉 25	玉ねぎ 15 人参 10 コーン 5 グリーンピース 5	おかし 前田クラッカー 小麦× おこさませんべいに変更	
	肉豆腐		豚肉 45 豆腐 25	玉ねぎ 20 人参 10 白菜 20			鶏肉の照り焼き		鶏肉 60	大根 18 ほうれん草 8		
	オクラとコーンの和え物			オクラ 30 コーン 10			大根のスープ					
	小松菜の味噌汁		じゃがいも 10	小松菜 15			バナナ		バナナ 40			
	バナナ			バナナ 40								
10 (火)	ご飯	米 70			おかし アンパンマン ソフトせんべい	24 (火)	ご飯	米 70				大学かぼちゃ かぼちゃ、サラダ油 上白糖、しょうゆ、黒ごま
	鶏肉のマーマレード焼き		マーマレード 6	鶏肉 80			豚肉の生姜炒め		豚肉 60	玉ねぎ 30 人参 10 胡瓜 35 大根 15		
	キャベツのソテー		ワインナー 7 (卵不使用)	キャベツ 40 人参 10 大根 18 ほうれん草 8			小松菜のすまし汁			小松菜 18 白菜 10		
	大根のスープ			オレンジ 30								
11 (水)	しょうゆラーメン	ラーメン 120 (卵不使用) 小麦× ピーファンに変更	豚肉 35	玉ねぎ 10 人参 10 もやし 10 コーン 8	鶏そぼろおにぎり 米、鶏挽肉、しょうゆ 上白糖	25 (水)	ご飯	米 70				ピザパン 食パン (卵不使用) ケチャップ、ピーマン 玉ねぎ、チーズ 小麦× 小魚家族に変更
	さつまいもの甘煮		さつまいも 40				たらの野菜あんかけ		たら 60 たら×一鶏肉に変更	人参 4 玉ねぎ 10 もやし 8		
	白菜のお浸し			焼きちくわ 10			コールスローサラダ		マヨネーズ 6 (卵不使用)	キャベツ 35 胡瓜 10 人参 10		
	バナナ			バナナ 40			豆腐の味噌汁		豆腐 20	青ねぎ 2		
								刻み揚げ 6	オレンジ 30			
12 (木)	ひじきの混ぜご飯	米 70	ひじき 1.5 刻み揚げ 10	人参 10 いんげん 5	スイートポテト さつまいも、牛乳 上白糖、バター	26 (木)	焼きそば	焼きそば 120	豚肉 40	玉ねぎ 20 人参 10 キャベツ 15 ピーマン 10	さつまいもおにぎり 米、さつまいも 和風だし、いりごま	
	鮭の西京焼き		鮭 60				焼きちくわ 10		大根 40 人参 10 グリーンピース 4			
	ブロccoliの和え物			ブロccoli 40 人参 10			わかめのスープ		わかめ 0.4	コーン 6 バナナ 40		
	わかめのすまし汁		わかめ 0.3 豆腐 13				バナナ		バナナ 40			
13 (金)	ご飯	米 70			マカロニきな粉 マカロニ、上白糖、きな粉 小麦× マカロニ×春雨に変更	27 (金)	ご飯	米 70				おかし アンパンマン ソフトせんべい
	ポーキングズ		じゃがいも 20	豚肉 40 大豆 15			チンジャオロース		牛肉 45	玉ねぎ 25 人参 15 ピーマン 10 赤ピーマン 6 たけのこ 7		
	ほうれん草のおかか和え			焼きちくわ 8			ほうれん草のお浸し		焼きちくわ 10	ほうれん草 38 人参 10		
	キャベツのスープ		かつおぶし 0.5	人参 14 コーン 8			もやしのスープ		わかめ 0.2	ブロccoli 40 人参 10		
	グレープフルーツ			グレープフルーツ 30			グレープフルーツ 30					
14 (土)	ご飯	米 70			おかし 前田クラッカー 小麦× おこさませんべいに変更	28 (土)	ご飯	米 70				良いお年を お迎えください
	豆腐とひじきのつくね		鶏挽肉 40 豆腐 40	玉ねぎ 15 人参 10			そぼろ丼		米 70	鶏挽肉 45 玉ねぎ 20 人参 15 コーン 15 いんげん 10		
	かぼちゃのサラダ		マヨネーズ 6 (卵不使用)	かぼちゃ 30 胡瓜 10 コーン 10			ブロccoliのおかか和え		かつおぶし 0.5	ブロccoli 40 人参 10		
	白菜のすまし汁			白菜 18 小松菜 8			じゃがいもの味噌汁		じゃがいも 18	豆腐 15		

☆乳児は10時におやつがあります。

☆食材の価格や入荷状況、行事などにより記載の量と差が生じたり、食材や献立変更になる場合があることをご了承ください。

☆材料 (食品名) の中には、調味料は記載しておりません。

