

H30(2018)・12月 給食・おやつ献立表



	献立名	材料名	おやつ	材料名
1日(土)	もろこしごはん ビーフシチュー 〈季節のフルーツ〉	米 コーン ほうれん草 ごま バター 醤油 牛肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参 いんげん コンソメ ケチャップ ソース 小麦粉 油	おかし 牛乳	
3日(月)	ごはん 豆乳味噌汁 鮭の照り焼き 切干大根の煮物	米 キャベツ 玉ねぎ 青ねぎ 豆乳 味噌 だし 鮭 醤油 みりん 砂糖 切干大根 人参 厚揚げ いんげん 醤油 みりん だし	人参カップケーキ ◎牛乳	小麦粉 砂糖 塩 BP 人参 卵 牛乳 バター レモン汁 牛乳
4日(火)	小松菜と鶏肉のスープうどん ポテトサラダ 〈季節のフルーツ〉	うどん 鶏肉 小松菜 干し椎茸 玉ねぎ 鶏がらスープ 醤油 塩 しょう油 じゃがいも キャベツ きゅうり 人参 ハム マヨネーズ	梅の十三穀おにぎり チーズ おやつ昆布	米 十三穀 梅干し チーズ おやつ昆布
5日(水)	大豆のドライカレー 福神漬(ゆであみ) キャベツとちくわのドレッシング和え 〈季節のフルーツ〉	米 牛ミンチ 鶏レバー 玉ねぎ ピーマン 人参 大豆 コンソメ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 コーンスターチ 油 福神漬 キャベツ ちくわ 人参 米酢 砂糖 塩 油	カリカリトースト のむヨーグルト ジャコ	食パン ベーコン マヨネーズ ヨーグルト 牛乳 砂糖 ジャコ
★だんらんの日				
6日(木)	ごはん けんちん汁 鶏肉の香味焼き 野菜のごま味噌和え	米 ごぼう こんにやく 大根 人参 焼き豆腐 青ねぎ だし 醤油 みりん 塩 油 鶏肉 しょうが 醤油 みりん 白菜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 味噌 醤油 みりん 砂糖	さつまいもの米粉スコーン 野菜ジュース	さつまいも 米粉 砂糖 塩 醤油 豆乳 BP 油 野菜ジュース
7日(金)	ゆかりごはん 味噌汁 豚肉と大根のこっくり煮 ブロッコリー	米 ゆかり 里芋 しめじ 青ねぎ 味噌 だし 豚肉 大根 人参 干し椎茸 しょうが ごま油 醤油 みりん 昆布だし コンソメ ブロッコリー マヨネーズ	ココアサブレ 牛乳 ジャコ	小麦粉 バター 粉糖 ココア 牛乳 ジャコ
8日(土)	たつの子ミュージックワールド “もうひとつの笑顔！” スライド上映 保育講座 学年別懇談会 チーズパン・みかん・牛乳			
10日(月)	ごはん 味噌汁 さばの塩焼き 青菜の煮びたし	米 もやし わかめ 青ねぎ 味噌 だし さば 塩 小松菜 白菜 しめじ 人参 うす揚げ 醤油 みりん だし	黒糖蒸しパン ◎牛乳	小麦粉 黒糖 豆乳 BP 牛乳
11日(火)	豆乳ちゃんぽんめん ブロッコリーのみそドレッシング和え 〈季節のフルーツ〉	中華麺 豚肉 人参 キャベツ しいたけ もやし たけのこ ピーマン かまぼこ 青ねぎ 鶏がらスープ コンソメ オイスターソース 塩 醤油 ごま 豆乳 油 ブロッコリー コーン 味噌 醤油 砂糖 米酢 ごま油 油	鮭おにぎり チーズ おやつ昆布	米 鮭フレーク チーズ おやつ昆布
12日(水)	中華丼 ビーンズサラダ 〈季節のフルーツ〉	米 豚肉 白菜 人参 もやし しいたけ たけのこ いか 青ねぎ コンソメ 片栗粉 油 大豆 キャベツ 人参 きゅうり ハム マヨネーズ 塩	大学いも 牛乳 ジャコ	さつまいも 砂糖 蜂蜜 ごま油 牛乳 ジャコ
★おもちつき				
13日(木)	おもち(あんこ きなこ) おこわ ごま塩 豚汁 みかん	もち米 あずき 砂糖 塩 きなこ 砂糖 塩 片栗粉 ごま塩 豚肉 白菜 大根 人参 もやし こんにやく さつまいも 青ねぎ 味噌 だし みかん	メロンパン 牛乳	牛乳 牛乳
14日(金)	ごはん すまし汁 すき焼き風煮 ブロッコリーのかつお和え	米 水菜 ジャガイモ 醤油 みりん だし 牛肉 焼き豆腐 白菜 人参 玉ねぎ 糸こんにやく 青ねぎ 醤油 みりん 砂糖 だし ブロッコリー 人参 かつお節 醤油 みりん	ツナパン 牛乳	小麦粉 砂糖 塩 BP ツナ 玉ねぎ パセリ マヨネーズ 油 牛乳

★ 今月の新メニュー

20日→豆乳グラタン

★おもちつきの日は…

ゆきぐみ(完了食) はなぐみは ごはん おこわ(ごま塩) 豚汁 みかん の献立になります。



	献立名	材料名	おやつ	材料名
15日(土)	やきそば にらと玉子のスープ 〈季節のフルーツ〉	中華麺 豚肉 キャベツ 人参 油 ソース にら 卵 ベーコン 玉ねぎ 人参 しいたけ コンソメ	おかし 牛乳	
17日(月)	ごはん 味噌汁 カラスカレイの煮つけ 白菜と厚揚げの煮物	米 しめじ わかめ 青ねぎ 味噌 だし カラスカレイ 醤油 みりん だし 白菜 厚揚げ 人参 醤油 みりん だし	ヨーグルトレモンケーキ ◎牛乳	小麦粉 砂糖 卵 BP 油 ヨーグルト レモン汁 牛乳
18日(火)	きつねうどん 肉じゃが 〈季節のフルーツ〉	うどん うす揚げ かまぼこ 青ねぎ 醤油 みりん 砂糖 塩 だし 牛肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参 糸こんにやく いんげん 醤油 みりん 砂糖 だし 油	野菜のおにぎり チーズ おやつ昆布	米 青菜 チーズ おやつ昆布
19日(水)	ごはん すまし汁 五目玉子焼き ひじきとコーンの煮物	米 えのき わかめ 三つ葉 醤油 みりん だし 卵 干し椎茸 ツナ ピーマン 人参 だし 醤油 みりん 砂糖 ひじき 人参 れんこん うす揚げ 糸こんにやく コーン いんげん 醤油 みりん 砂糖 だし 油	クッキー 牛乳 ジャコ	小麦粉 バター 砂糖 牛乳 ジャコ
★お楽しみ会 ☆☆☆クリスマス☆☆☆				
20日(木)	豆乳グラタン 鶏肉のからあげ カレー味 ブロッコリーとベーコンのサラダ 十三穀ごはん すまし汁 中華風高野豆腐のそぼろあん かぼちゃの煮物	豆乳 豆腐 小麦粉 コーンスターチ コンソメ 白味噌 塩 油 合挽肉 マカロニ ジャガイモ しめじ 人参 いんげん チーズ 鶏肉 醤油 みりん カレー粉 片栗粉 油 ブロッコリー ベーコン 人参 コーン マヨネーズ 米 十三穀 しいたけ わかめ 醤油 みりん だし 高野豆腐 鶏ミンチ チンゲン菜 人参 玉ねぎ 油 鶏がらスープ コンソメ 醤油 片栗粉 かぼちゃ 醤油 砂糖 みりん だし	クリスマスケーキ いちご 牛乳	いちご 牛乳
21日(金)	ツナと人参のたきこみごはん 元気シチュー 〈季節のフルーツ〉	米 ツナ 人参 醤油 みりん 鶏肉 ごぼう 人参 大根 しいたけ しめじ 青ねぎ 牛乳 コンソメ 味噌	じゃこパフ 牛乳	食パン ちりめんじゃこ 青のり マヨネーズ 牛乳
22日(土)	マーボー丼 水菜ともやしのマヨネーズ和え 〈季節のフルーツ〉	米 豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 いんげん 片栗粉 コンソメ 味噌 ケチャップ 油 もやし 水菜 人参 ツナ マヨネーズ 醤油	チーズパンケーキ ◎牛乳	小麦粉 砂糖 油 牛乳 チーズ BP 塩 牛乳
25日(火)	ごはん 切干大根のスープ 納豆のかきあげ キャベツとツナの中華和え	米 切干大根 人参 えのき パセリ コンソメ 塩 昆布だし 油 納豆 ちくわ 玉ねぎ さつまいも 人参 青ねぎ 小麦粉 醤油 油 キャベツ きゅうり 人参 ツナ ごま油 醤油 米酢 砂糖	チヂミ 牛乳 ジャコ	小麦粉 上新粉 豚ミンチ にら 人参 粉かつお ごま油 醤油 みりん 牛乳 ジャコ
26日(水)	ごはん すまし汁 鮭の塩焼き 春雨サラダ	米 鮭 わかめ 三つ葉 醤油 みりん だし 鮭 塩 春雨 キャベツ 人参 きゅうり ハム マヨネーズ 塩	さつまいものガレット 牛乳 ジャコ	さつまいも 小麦粉 卵 牛乳 バター 砂糖 BP 牛乳 ジャコ
27日(木)	希望保育 おべんとうび			
28日(金)	希望保育 おべんとうび			
12/29~1/4	年末年始のため休園			

★管理栄養士の指導の下、乳児クラスはおやつに、
一週間に一回「鉄分」「カルシウム」強化の牛乳を飲みます。(◎牛乳)
★0歳児は9時よりおやつがあります。
★献立・食材は都合によりかわることがあります。

※だし→削り節だし ※BP→ベーキングパウダー
※ヨーグルトはスキムミルクとヨーグルト菌を使い、
園で手作りしています。

阿武山たつの子認定こども園 給食室
大東 百合子・平岩 志子・中川 結香子・井岡 千恵

