



# 12月献立表



社会福祉法人みつき福祉会  
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
2 (月)	ごはん 五目麻婆 中華きゅうり スープ バナナ	米 豚挽肉・大豆・玉葱・人参・ニラ・干し椎茸・おろしにんにく・おろし生姜・砂糖・酒・醤油・味噌・テンメソジャン・片栗粉・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 わかめ・コーン・玉葱・鶏がら バナナ	たまごボーロ パイ (パイシート・グラニュー糖)
3 (火)	ごはん 鶏のごま焼き 切干大根の煮物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・すりごま・醤油・みりん・酒・砂糖 切干大根・人参・油揚げ・みりん・醤油・薄口醤油・砂糖 肉団子・舞茸・大根・みつば・味噌 オレンジ	スティックビスケット もちもちいちごジャムパン (白玉団子の粉・いちごジャム・油・牛乳・砂糖)
4 (水)	ごはん さばのおろしポン酢がけ なめたけ和え 味噌汁 みかん	米 さば・片栗粉・揚げ油・大根・しそ・ポン酢・みりん・薄口醤油・酒・砂糖 キャベツ・もやし・きゅうり・なめたけ・醤油 人参・玉葱・ごぼう・葱・味噌 みかん	チーズ スイートポテト (さつまいも・バター・牛乳・砂糖)
5 (木)	ごはん 生姜焼き 酢の物 味噌汁 りんご (オレンジ)	米 豚肉・おろし生姜・玉葱・もやし・キャベツ・葱・酒・みりん・醤油・砂糖・油 大根・人参・わかめ・すりごま・酢・砂糖・薄口醤油 さつまいも・もやし・しめじ・みつば・味噌 りんご (オレンジ)	ブルー かぼちゃドーナツ (ホットケーキ粉・卵・牛乳・かぼちゃ・揚げ油・粉糖)
6 (金)	 <b>お弁当の日</b>  ※必ず火を通したものをに入れていただきますようお願い致します		ごまポッキー マーラーカオ (小麦粉・BP・重曹・卵・油・醤油・三温糖)
7 (土)	★もちつき会 雑煮 漬物(以上児のみ) みかん	※未満児は誤嚥の危険性があるため、もちの代わりにうどんを提供します もち・鶏肉・かぶ・人参・大根・椎茸・みつば・酒・薄口醤油・みりん・塩 漬物 みかん	スティックビスケット おやつ
9 (月)	ごはん 豆腐の肉味噌チーズ焼き もみのり和え すまし汁 みかん	米 豆腐・豚挽肉・玉葱・おろし生姜・味噌・砂糖・みりん・酒・ピザチーズ 人参・ほうれん草・もやし・もみのり・醤油 肉団子・玉葱・椎茸・ゆず・みつば・塩・薄口醤油 みかん	たまごボーロ コーンフレーククッキー (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・コーンフレーク)
10 (火)	牛丼 ごま和え 味噌汁 オレンジ	米・牛肉・しめじ・玉葱・もやし・人参・醤油・砂糖・みりん・酒 春菊・キャベツ・きゅうり・ツナ・すりごま・醤油・砂糖 豆腐・なめこ・わかめ・味噌 オレンジ	チーズ キャラメルポテト (さつまいも・砂糖・塩・生クリーム・揚げ油)
11 (水)	豆乳かぼちゃパン 鮭のタルタル焼き ソテー スープ バナナ	豆乳かぼちゃパン 鮭・卵・パセリ・マヨネーズ・塩・こしょう ブロッコリー・カリフラワー・ウインナー・醤油・バター じゃがいも・玉葱・人参・パセリ・コンソメ バナナ	ブルー わかめおにぎり (米・わかめ・ごま)
12 (木)	ごはん カレー肉じゃが おかか和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・玉葱・人参・じゃがいも・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・グリーンピース・カレー粉・油 キャベツ・ごぼう・きゅうり・かつお節・醤油 麩・大根・しめじ・葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット コーンマヨトースト (食パン・コーン・マヨネーズ・醤油)
13 (金)	★誕生会 春菊と豚肉の混ぜごはん 鶏のゆずソースがけ ゆかり和え 味噌汁 みかん	米・豚肉・春菊・人参・おろし生姜・油・ウスターソース・ケチャップ・醤油・ごま 鶏肉・片栗粉・揚げ油・ゆず・砂糖・酢・醤油 白菜・人参・切干大根・ゆかり かぶ・かぶの葉・油揚げ・味噌 みかん	ごまポッキー きな粉のケーキ (ホットケーキ粉・きな粉・調製豆乳・卵・レーズン・無塩バター・砂糖)
14 (土)	味噌ラーメン サラダ オレンジ	中華麺・焼豚・玉葱・人参・もやし・葱・コーン・味噌・酒・醤油・塩・こしょう・コンソメ・ごま油 キャベツ・ちくわ・きゅうり・もみのり・醤油・ごま・ごま油 オレンジ	スティックビスケット おやつ
16 (月)	ハヤシライス スティックサラダ チーズ みかん	米・豚肉・しめじ・人参・コーン・玉葱・ハヤシルウ・油 大根・きゅうり・かつお節・酢・砂糖・薄口醤油・油 スティックチーズ みかん	たまごボーロ バナナきな粉 (バナナ・きな粉・砂糖・塩)
17 (火)	ごはん 鶏のマーマレード醤油焼き れんこんのごま酢和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・みりん・醤油・マーマレード ほうれん草・もやし・れんこん・ツナ・すりごま・酢・砂糖・薄口醤油 麩・人参・キャベツ・ごま油・味噌 バナナ	ブルー 鮭と青のりのポテトおやき (じゃがいも・鮭・青のり・マヨネーズ・片栗粉)

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
18 (水)	ごはん 豚肉と厚揚げのごま炒め ブロッコリーの昆布和え 味噌汁 みかん	米 豚肉・厚揚げ・キャベツ・椎茸・玉葱・おろし生姜・ポン酢・砂糖・すりごま・ごま油 ブロッコリー・人参・塩昆布・ごま油 大根・大根の葉・もやし・味噌 みかん	チーズ 抹茶お豆クッキー (小麦粉・BP・抹茶・砂糖・卵・無塩バター・甘納豆)
19 (木)	ごはん 鮭のバター醤油焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 鮭・酒・みりん・砂糖・醤油・バター ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 かぼちゃ・玉葱・えのき・みつば・味噌 バナナ	スティックビスケット ビスケットサンド (ビスケット・いちごジャム)
20 (金)	 <b>クリスマスバイキング</b>		ごまポッキー ヨーグルト
21 (土)	春雨豚丼 スープ オレンジ	米・豚肉・おろしんにく・酒・みりん・醤油・ごま油・玉葱・人参・えのき・コウ・春雨・砂糖・醤油・味噌・ごま・片栗粉 人参・もやし・しめじ・しそ・鶏がら オレンジ	スティックビスケット おやつ
23 (月)	ごはん かに玉 ビーフンの中華炒め りんご 白菜のとろみスープ (みかん)	米 卵・かにかま・玉葱・椎茸・葱・砂糖・醤油・片栗粉 ビーフン・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ごま油・醤油・酒・塩 りんご 白菜・豆腐・白葱・わかめ・おろし生姜・鶏がら・酒・片栗粉 (みかん)	チーズ お好み焼き (小麦粉・卵・キャベツ・葱・豚肉・焼きそば 麺・お好みソース)
24 (火)	ごはん レバーの甘辛揚げ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 白菜・もやし・切り干し大根・すりごま・醤油 しめじ・人参・厚揚げ・葱・味噌 オレンジ	たまごボーロ クリスマスガトーショコラ (絹ごし豆腐・調製豆乳・砂糖・油・塩・小麦粉・ココア・BP・生クリーム・粉糖・いちご)
25 (水)	ごはん さばの梅煮 マヨ納豆和え 味噌汁 バナナ	米 さば・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し・生姜 ほうれん草・キャベツ・人参・ハム・かつお節・挽きわり納豆・醤油・マヨネーズ えのき・白菜・大根・味噌 バナナ	ブルーン 抹茶小倉団子 (白玉団子の粉・絹ごし豆腐・抹茶・ゆであずき)
26 (木)	ごはん 鶏のねぎ味噌焼き ゆず風味和え すまし汁 みかん	米 鶏肉・葱・酒・みりん・砂糖・味噌 大根・きゅうり・人参・ゆず・酢・砂糖・薄口醤油・塩 玉葱・椎茸・肉団子・みつば・塩・薄口醤油 みかん	ごまポッキー 麩のラスク (麩・砂糖・無塩バター)
27 (金)	年越しうどん 和風ポテト 和え物 バナナ	ゆでうどん・豚肉・油揚げ・玉葱・しめじ・人参・葱・薄口醤油・醤油・塩・酒・みりん・油 じゃがいも・青のり・ゆかり・塩 白菜・人参・もやし・すりごま・醤油・砂糖 バナナ	スティックビスケット 焼豚おにぎり (米・焼豚・砂糖・醤油・油・葱)
28 (土)	ねぎ塩豚丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・白葱・玉葱・人参・キャベツ・酒・醤油・鶏がら・レモン果汁・片栗粉・ごま油 しめじ・豆腐・大根・みつば・味噌 オレンジ	ごまポッキー おやつ
30 (月)	<b>年末休園</b> 		
31 (火)	<b>年末休園</b> 		

## クリスマスバイキングメニュー

★ガーリックバターライス

(米・おろしんにく・パセリ・ツナ・バター・塩・こしょう・コンソメ)

★フライドチキン

(鶏肉・酒・レモン果汁・塩・醤油・おろしんにく・おろし生姜・小麦粉・揚げ油)

★リースサラダ

(キャベツ・ブロッコリー・人参・かつお節・薄口醤油・酢・砂糖・油)

★コーンスープ

(玉葱・コーン・クリームコーン・パセリ・コンソメ・牛乳)

●豆腐ハンバーグ

(豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・パン粉・卵・ケチャップ)

●ミートスパゲティ

(スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・おろしんにく・バター・コンソメ・ケチャップ  
・中濃ソース・トマトピューレ・砂糖・塩・こしょう)

★みかん ●バナナ

※乳児部は★印のメニューです。

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの時に牛乳を提供しています。

※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。

※果物がりんごの日はうめ・れんぽぼ組は( )内の果物を提供します。