



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
2 (月)	ごはん ニラ玉 ソテー スープ オレンジ	米 卵・玉葱・ニラ・干し椎茸・豚ひき肉・塩・醤油・砂糖・中華だし・片栗粉 ブロッコリー・ツナ・バター・醤油 人参・玉葱・豆腐・わかめ・鶏ガラスープの素 オレンジ	クラッカー ラスク (食パン・マーガリン・グラニュー糖)
3 (火)	ごはん レバーのカレー揚げ 和え物 味噌汁 バナナ	米 レバー・ウスターソース・酒・カレー粉・片栗粉・油 大根・れんこん・かつお節・醤油 人参・もやし・麩・味噌 バナナ	リッツ 鮭のポテトおやき (鮭フレーク・じゃが芋・コーン・片栗粉・マヨネーズ)
4 (水)	ごはん 厚揚げの甘辛炒め のり和え かぶの味噌汁 みかん	米 豚挽肉・厚揚げ・青梗菜・れんこん・人参・干し椎茸・醤油・みりん・砂糖 白菜・キャベツ・もみのり・醤油 かぶ・かぶの葉・油揚げ・卵・味噌 みかん	ビスケット 肉まん (肉団子・ホットケーキミックス・牛乳)
5 (木)	ごはん 手羽元の煮物 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏手羽元・酒・みりん・醤油・砂糖・油 白菜・人参・かつお節・醤油 玉葱・大根・麩・味噌 バナナ	チーズ リッツサンド (リッツ・マーマレードジャム)
6 (金)	★誕生日メニュー ピラフ 鮭フライ ささみサラダ スープ みかん	米・鶏肉・ミックスベジタブル・にんにく・塩・こしょう・バター 鮭・塩・こしょう・パセリ・粉チーズ・パン粉・卵・小麦粉・油 ささみ・塩・酒・キャベツ・人参・酢・塩・こしょう・砂糖 人参・玉葱・じゃが芋・コンソメ みかん	クラッカー 型抜きクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・抹茶・砂糖)
7 (土)	照り焼きチキン丼 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・玉葱・白葱・キャベツ・酒・みりん・砂糖・醤油・生姜 白菜・人参・葱・味噌 バナナ	ビスケット おやつパン
9 (月)	塩バターラーメン 煮卵 ごぼうサラダ オレンジ	中華麺・焼き豚・玉葱・人参・もやし・椎茸・コーン・葱・中華だしの素・バター・塩・こしょう・薄口・ごま油 卵・麵つゆ ごぼう・キャベツ・ツナ・マヨネーズ・醤油 オレンジ	リッツ おにぎり (米・しそわかめ)
10 (火)	ごはん 豆腐ステーキ 和え物 味噌汁 りんご	米 豆腐・ベーコン・葱・しらす・砂糖・醤油・みりん・塩 ブロッコリー・人参・かつお節・醤油 玉葱・大根・わかめ・味噌 りんご	ビスケット ゆずケーキ (ホットケーキミックス・卵・砂糖・無塩バター・ゆず果汁・ゆず果皮)
11 (水)	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・葱・酒・塩 れんこん・大根・すりごま・醤油・砂糖 油揚げ・玉葱・人参・味噌 オレンジ	リッツ 豆腐みたらし団子 (白玉粉・豆腐・砂糖・醤油・みりん)
12 (木)	ごはん 煮魚 和え物 味噌汁 みかん	米 鯖・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖 人参・キャベツ・すりごま・しょうゆ 豆腐・かぶ・葱・味噌 みかん	クラッカー マーマレードポテト (さつま芋・マーマレード・油)
13 (金)	ロールパン ミートグラタン サラダ スープ バナナ	ロールパン 豚挽き肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・ケチャップ・トマトピューレ・コンソメ・ピザ用チーズ・砂糖・油 キャベツ・もやし・ツナ・砂糖・薄口・酢 人参・玉葱・白菜・コンソメ・パセリ バナナ	ビスケット おにぎり (米・塩こんぶ・ごま)
14 (土)	他人丼 すまし汁 オレンジ	米・豚肉・玉葱・人参・椎茸・卵・葱・酒・みりん・砂糖・醤油 大根・豆腐・玉葱・わかめ・塩・薄口 オレンジ	リッツ おやつパン
16 (月)	ごはん 麻婆春雨 サラダ スープ みかん	米 豚挽肉・春雨・人参・玉葱・干し椎茸・葱・味噌・醤油・砂糖・酒・ごま油・片栗粉 きゅうり・大根・ツナ・酢・砂糖・薄口・ごま油 わかめ・もやし・豆腐・ごま・鶏ガラスープの素 みかん	クラッカー のりせんべい (餃子の皮・のり・かつお節・醤油・マヨネーズ)
17 (火)	ごはん 和風ミートローフ ごま和え 里芋の味噌汁 バナナ	米 豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・卵・酒・醤油・食塩・塩・こしょう・パン粉 もやし・キャベツ・すりごま・醤油 里芋・玉葱・人参・葱・味噌 バナナ	ビスケット ふかしもち (さつまいも・塩)

	献立名	材料名	おやつ
18 (水)	ごはん 魚のムニエル サラダ スープ みかん	米 鮭・小麦粉・バター・パセリ・塩・こしょう 人参・大根・ツナ・酢・砂糖・薄口 ブロッコリー・白菜・コーン缶・コンソメ みかん	リッツ マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
19 (木)	ごはん 筑前煮 きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・大根・人参・れんこん・干し椎茸・里芋・醤油・砂糖・みりん・酒・油 きゅうり・わかめ・かぶ・すりごま・酢・砂糖・薄口 ちくわ・キャベツ・葱・味噌 オレンジ	ビスケット はちみつレモントースト (食パン・レモン汁・はちみつ・牛乳・グラニュー糖)
20 (金)	 お弁当の日 		チーズ 抹茶ボーロ (小麦粉・バター・砂糖・油・抹茶)
21 (土)	  発表会 		
23 (月)	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き 和え物 味噌汁 りんご	米 鶏肉・塩麹・にんにく・醤油・酒・砂糖 白菜・人参・ひじき・醤油・すりごま 油揚げ・大根・もやし・味噌 りんご	ビスケット あおのりポテト (ポテトフライ・青のり・塩)
24 (火)	★クリスマスお楽しみメニュー ロールパン フライドチキン サラダ シチュー みかん	ロールパン 鶏肉・にんにく・醤油・鶏からスープの素・片栗粉・油 きゅうり・マカロニ・ツナ・砂糖・薄口・ごま油 ベーコン・ブロッコリー・人参・じゃがいも・玉葱・シチュールウ みかん	クラッカー クリスマスまん (ホットケーキミックス・牛乳・ゆであずき)
25 (水)	ごはん 肉豆腐 和え物 味噌汁 バナナ	米 牛肉・豆腐・玉葱・人参・葱・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口 白菜・切干大根・すりごま・醤油 えのき・じゃが芋・葱・味噌 バナナ	チーズ パイ (パイシート・グラニュー糖)
26 (木)	ごはん ハンバーグ ソテー スープ オレンジ	米 豚挽き肉・人参・玉葱・パン粉・塩・こしょう・卵・ケチャップ・中濃ソース ブロッコリー・ツナ・バター・醤油 人参・里芋・玉葱・コンソメ オレンジ	リッツ リッツサンド (リッツ・いちごジャム)
27 (金)	年越しうどん 和え物 りんご	うどん・鶏肉・油揚げ・玉葱・椎茸・人参・葱・薄口・醤油・塩・酒 キャベツ・ごぼう・ツナ・醤油 りんご	クラッカー プリン
28 (土)	ポテマヨトースト スープ バナナ	食パン・じゃがいも・ベーコン・玉葱・パセリ・マヨネーズ・チーズ 人参・玉葱・マカロニ・コンソメ バナナ	ビスケット おにぎり (米・ゆかり)
30 (月)	年末休園		
31 (火)	年末休園		



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
2 (月)	ごはん 豆腐のつくね焼き 塩っぺ和え 味噌汁 バナナ	米 豆腐・鶏挽肉・玉葱・パン粉・酒・みりん・醤油・塩 キャベツ・もやし・塩っぺ 人参・大根・葱・味噌 バナナ
3 (火)	ごはん 鶏とごぼうの卵とし 和え物 味噌汁 みかん	米 鶏肉・卵・玉葱・ごぼう・人参・みつば・酒・みりん・砂糖・醤油 ブロッコリー・ひじき・かつお節・醤油 白菜・葱・油揚げ・味噌 みかん
4 (水)	ごはん かき揚げ 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・人参・玉葱・薄口・塩・酒・小麦粉・油 ほうれん草・もやし・すりごま・醤油 玉葱・わかめ・豆腐・味噌 バナナ
5 (木)	ごはん 麻婆豆腐 サラダ スープ みかん	米 豚挽き肉・豆腐・玉葱・干し椎茸・葱・味噌・砂糖・醤油・酒・ごま油・片栗粉 ブロッコリー・ツナ・酢・薄口・砂糖・ごま油 玉葱・人参・わかめ・鶏ガラスープの素 みかん
6 (金)	ごはん 鶏肉の香味焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・葱・酒・生姜・にんにく・醤油・ごま油 切り干し大根・人参・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん もやし・大根・葱・味噌 バナナ
7 (土)	ミートスパゲッティー スープ オレンジ	スパゲッティー・豚挽き肉・しめじ・人参・玉葱・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ 白菜・人参・コーン・コンソメ オレンジ
9 (月)	ごはん 中華風ミートローフ ハンサムスー スープ バナナ	米 豚肉・人参・玉葱・干し椎茸・卵・酒・塩・こしょう・オイスターソース キャベツ・春雨・ハム・酢・砂糖・薄口・すりごま 豆腐・わかめ・玉葱・ごま・鶏ガラスープの素・ごま油 バナナ
10 (火)	ごはん 魚の西京焼き ゆかり和え すまし汁 オレンジ	米 カレイ・味噌・酒・砂糖・薄口 白菜・もやし・ゆかり 人参・大根・麩・葱・薄口・塩 オレンジ
11 (水)	うどん ゆで卵 バナナ	うどん・鶏肉・人参・玉葱・油揚げ・大根・みりん・醤油・薄口・塩 卵・塩 バナナ
12 (木)	ごはん 鶏肉の甘酢焼き 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・醤油・砂糖・酒・みりん・酢・葱 ほうれん草・人参・のり・醤油 白菜・もやし・わかめ・味噌 オレンジ
13 (金)	ごはん 肉じゃが 和え物 味噌汁 りんご	米 豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・糸こんにゃく・砂糖・醤油・みりん・薄口 ブロッコリー・ツナ・醤油 豆腐・人参・大根・葱・味噌 りんご
14 (土)	焼きそば スープ バナナ	焼きそば麺・豚肉・人参・玉葱・もやし・焼きそばソース もやし・わかめ・大根・コンソメ バナナ
16 (月)	ごはん スタミナ炒め 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・キャベツ・もやし・椎茸・玉葱・酒・みりん・砂糖・醤油・おろし生姜・おろしにんにく・油 ブロッコリー・ひじき・醤油 油揚げ・大根・葱・味噌 バナナ
17 (火)	ごはん 鶏肉の味噌チーズ焼き 炒め物 すまし汁 オレンジ	米 鶏肉・味噌・酒・ピザチーズ キャベツ・ツナ・えのき・醤油 はんぺん・玉葱・大根・塩・薄口 オレンジ

	献立名	材料名
18 (水)	ごはん 豚肉の生姜焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 キャベツ・豚肉・玉葱・もやし・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・油 ほうれん草・切り干し大根・かつお節・醤油 人参・もやし・麩・味噌 バナナ
19 (木)	ごはん 魚の照り焼き 和え物 味噌汁 みかん	米 ぶり・酒・砂糖・醤油・みりん・生姜 大根・れんこん・すりごま・醤油 人参・かぶ・油揚げ・味噌 みかん
20 (金)	カレーライス チーズ オレンジ	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・油・カレールウ スティックチーズ オレンジ
21 (土)	発 表 会	
23 (月)	ごはん チンジャオロースー サラダ スープ オレンジ	米 青梗菜・牛肉・ピーマン・たけのこ・人参・ごま油・オイスターソース・酒・砂糖・みりん・醤油・中華だし・塩・こしょう・生姜・片栗粉 キャベツ・もやし・酢・砂糖・薄口・ごま油 わかめ・玉葱・大根・鶏ガラスープの素 オレンジ
24 (火)	ごはん 鮭のホイル焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 鮭・玉葱・マッシュルーム・酒・醤油・バター ひじき・人参・油揚げ・砂糖・みりん・醤油 人参・かぶ・葱・味噌 バナナ
25 (水)	ごはん 餃子 中華きゅうり スープ オレンジ	米 餃子 きゅうり・かつお節・酢・砂糖・薄口・ごま油 豆腐・キャベツ・卵・鶏ガラスープの素 オレンジ
26 (木)	ごはん 鶏の甘辛揚げ 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・小麦粉・油・ごま・砂糖・酒・みりん・醤油 白菜・人参・のり・醤油 もやし・ちくわ・大根・味噌 バナナ
27 (金)	ハヤシライス サラダ みかん	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・じゃが芋・ハヤシルウ ブロッコリー・ひじき・酢・薄口・砂糖・すりごま みかん
28 (土)	炊き込みごはん けんちん汁 オレンジ	米・鶏肉・ひじき・油揚げ・酒・砂糖・みりん・醤油 人参・里芋・大根・葱・薄口・塩・みりん・ごま油 オレンジ
30 (月)	年 末 休 園	
31 (火)	年 末 休 園	

★3歳未満児は朝おやつ・昼おやつ、3歳以上児は、給食・昼おやつの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、あらかじめご了承ください