



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
2月	ごはん 牛肉のプルコギ風炒め 津田かぶサラダ じゃが芋の味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・人参・もやし・にんにく・醤油・砂糖・酒・オイスター・ごま油・ごま かぶ・胡瓜・ハム・醤油・酢・砂糖・かつお節 じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・わかめ・葉ねぎ・味噌	とろべー・牛乳 ごまおはぎ・牛乳 もち米・米・すりごま・黒ごま・砂糖・塩
3火	ごはん 鶏の甘酢焼き 小松菜の納豆和え もやしの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・醤油・砂糖・みりん・酒・酢 小松菜・人参・キャベツ・納豆・醤油・砂糖・ごま油・ごま・もみ海苔・かつお節 もやし・人参・玉葱・わかめ・葉ねぎ・味噌	干し芋・牛乳 しそシュウマイ・牛乳 豚挽肉・玉葱・生姜・しそ・醤油・酒・砂糖 塩・片栗粉・ごま油・シュウマイの皮
4水	五目あんかけラーメン さつま芋の甘煮 ブロッコリーの和風マヨサラダ くだもの	中華めん・人参・玉葱・白菜・もやし・チンゲン菜・ごま油 生姜・醤油・中華だし・オイスター・酒・塩 さつま芋・醤油・砂糖 ブロッコリー・人参・マヨネーズ・醤油・砂糖・かつお節	ハイハイン・牛乳 梅マヨ昆布おにぎり・牛乳 米・梅干し・塩昆布・マヨネーズ・ごま
5木	ごはん 鮭の西京焼き ひじきの煮物 すまし汁 くだもの	米 鮭・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ ひじき・人参・うす揚げ・醤油・砂糖・ごま油・ごま えのきたけ・玉葱・わかめ・葉ねぎ・豆腐・薄口醤油	ルヴァン・牛乳 さつま芋のぜんざい・牛乳 さつま芋・こしあん・砂糖・塩
6金	ごはん 豚肉と大根の中華炒め ほうれん草のごま和え 春雨スープ くだもの	米 豚ばら肉・大根・中華だし・ごま油・生姜・オイスター・醤油・酒・片栗粉 ほうれん草・人参・もやし・醤油・砂糖・ごま 春雨・人参・玉葱・わかめ・コーン缶・中華だし・塩・ごま	干しぶどう・牛乳 南瓜ミルクようかん・牛乳 南瓜・豆乳・粉寒天・砂糖
7土	牛丼 南瓜の味噌汁 くだもの	米・牛ばら肉・人参・玉葱・葉ねぎ・醤油・みりん・酒・ごま油 南瓜・玉葱・えのきたけ・わかめ・葉ねぎ・味噌	おやつ・牛乳 お芋パン・牛乳
9月	ごはん 鶏ののりチーズ焼き 切干大根の梅サラダ えのきの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・醤油・砂糖・酒・豆乳チーズ・もみ海苔 切干大根・人参・胡瓜・もやし・ツナ・梅干し・醤油・砂糖・ごま油・ごま えのきたけ・キャベツ・玉葱・豆腐・葉ねぎ・味噌	野菜ハイハイン・牛乳 バナナマフィン・牛乳 ホットケーキ粉・豆乳・豆乳バター 砂糖・バナナ
10火	ぶどうパン かれないのバジルムニエル ごまネーズサラダ 和風ポトフ くだもの	ぶどうパン かれない・小麦粉・豆乳バター・塩・バジル粉 人参・キャベツ・胡瓜・トマト・醤油・マヨネーズ・酢・ごま 鶏もも肉・人参・じゃが芋・玉葱・キャベツ・豆乳バター・中華だし・薄口醤油・パセリ粉	とろべー・牛乳 鉄分たっぷりおにぎり・牛乳 米・豚ばら肉・人参・ひじき・うす揚げ 醤油・砂糖・酒
11水	ごはん 煮込みハンバーグ 里芋の和風サラダ わかめの味噌汁 くだもの	米 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・ウスター・ケチャップ・塩 里芋・人参・胡瓜・コーン缶・マヨネーズ・薄口醤油・かつお節・ごま わかめ・玉葱・キャベツ・葉ねぎ・味噌	ルヴァン・牛乳 鮭とじゃが芋のおやき・牛乳 じゃが芋・鮭フレーク・青のり マヨネーズ・片栗粉 黒ごまビスケット・牛乳
12木	お弁当の日		紅茶サブレ・牛乳 ホットケーキ粉・豆乳バター・砂糖・紅茶葉
13金	ごはん チンジャオロース 白菜のシャキシャキ和え 豆腐スープ くだもの	米 牛ばら肉・ピーマン・赤ピーマン・人参・ごま油・にんにく 醤油・砂糖・オイスター・片栗粉 白菜・人参・キャベツ・コーン缶・醤油・ごま油・ごま 豆腐・人参・えのきたけ・わかめ・葉ねぎ・中華だし・醤油	ハイハイン・牛乳 みかんとココアのホットケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・豆乳バター みかん・ココア
14土	ごはん レタスチャーハン じゃが芋中華スープ くだもの	米・豚挽肉・レタス・人参・玉葱・にんにく・ごま油 醤油・中華だし・塩 じゃが芋・人参・玉葱・もやし・中華だし・醤油	おやつ・牛乳 オレンジゼリー・牛乳
16月	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 小松菜のお浸し なめこ汁 くだもの	米 鶏レバー・ごま油・生姜・醤油・砂糖・酒 小松菜・人参・しらす・醤油・ごま油・ごま なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・葉ねぎ・味噌	ルヴァン・牛乳 白菜のお好み焼き・牛乳 白菜・葉ねぎ・豚ばら肉・小麦粉・豆乳チーズ・青のり 油・ケチャップ・醤油・砂糖・ウスター・オイスター・みりん

★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、種類、加工肉、ルウ(カレー、ハヤシ)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キャベツ、ごぼう、小松菜、さつま芋、里芋、大根、人参、白菜、南瓜、ブロッコリー、ほうれん草、みかん、りんご、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。★朝おやつに今月から干し芋を取り入れています。(冬季の間のみ)

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
17火	冬野菜のキーマカレー 金時豆煮 ポテトサラダ くだもの	米・合挽肉・里芋・人参・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 じゃが芋・人参・胡瓜・コーン缶・マヨネーズ・塩	黒ごまビスケット・牛乳 小豆抹茶ケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・抹茶・砂糖・こしあん・油
18水	ごはん 豚肉の昆布の炒め煮 キャベツサラダ 大根の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・刻み昆布・ごま油・醤油・砂糖・酒・生姜 キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶・ツナ・薄口醤油・酢・砂糖 大根・玉葱・えのきたけ・わかめ・葉ねぎ・味噌	野菜ハイハイン・牛乳 ミニピザ・牛乳 餃子の皮・ピーマン・コーン缶・ケチャップ にんにく・バジル粉・豆乳チーズ
19木	ごはん 鮭の中華風ソテー 大根のそぼろ煮 ほうれん草の味噌汁 くだもの	米 鮭・生姜・にんにく・醤油・味噌・砂糖・酒・ごま油・ごま 大根・鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 ほうれん草・人参・玉葱・えのきたけ・豆腐・葉ねぎ・味噌	干し芋・牛乳 ゆずのケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳バター 豆乳・ゆず
20金	鶏としめじの和風クリームパスタ 南瓜のマヨ焼き 元気サラダ くだもの	スパゲティ・鶏もも肉・しめじ・人参・玉葱・豆乳・豆乳バター 小麦粉・コンソメ・醤油・塩・にんにく 南瓜・マヨネーズ・パセリ粉 人参・キャベツ・胡瓜・コーン缶・かつお節・薄口醤油・砂糖・酢	ルヴァン・牛乳 しそ天かすおにぎり・牛乳 米・天かす・しそ・塩昆布・醤油・みりん 砂糖・ごま
21土	豚肉の味噌バター丼 野菜スープ くだもの	豚ばら肉・キャベツ・コーン缶・醤油・砂糖・味噌 豆乳バター・にんにく・塩・片栗粉 人参・玉葱・キャベツ・えのきたけ・薄口醤油・中華だし	おやつ・牛乳 りんごジャムパン・牛乳
23月	ごはん 唐揚げ 白菜のもみのり和え にらの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・醤油・酒・にんにく・生姜・片栗粉・油 白菜・キャベツ・人参・しらす・醤油・砂糖・ごま油・もみ海苔 にら・人参・玉葱・豆腐・えのきたけ・味噌	干しぶどう・牛乳 ピーチ蒸しパン・牛乳 もも缶・ホットケーキ粉・砂糖 豆乳・豆乳バター
24火	ごはん 牛肉とごぼうの味噌炒め さつま芋のチーズ焼き かぶのスープ くだもの	米 牛ばら肉・ごぼう・しらたき・ごま油・生姜・味噌・砂糖・酒・みりん・ごま さつま芋・豆乳チーズ・青のり かぶ・かぶの葉・人参・えのきたけ・コーン缶・醤油・コンソメ・豆乳バター	黒ごまビスケット・牛乳 じゃが丸くん・牛乳 じゃが芋・塩・片栗粉・豆乳バター・もみのり
25水	クリスマス誕生会 ごぼうピラフ かれないの照り焼き ツリーサラダ 大根の中華スープ くだもの	米・豚ばら肉・ごぼう・人参・玉葱・しめじ・コーン缶 油・塩・コンソメ・パセリ粉 かれない・醤油・みりん 南瓜・人参・胡瓜・コーン缶・マヨネーズ・塩 大根・玉葱・白菜・葉ねぎ・豆腐・中華だし・酒・塩・ごま	ルヴァン・牛乳 リースドーナツ・牛乳 おから・ホットケーキ粉・抹茶・砂糖・豆乳 油・いちご
26木	黒糖パン 鶏のオイマヨ焼き キャベツのソテー コンソメスープ くだもの	黒糖パン 鶏もも肉・玉葱・オイスター・マヨネーズ・ごま キャベツ・人参・しめじ・コーン缶・豆乳バター・醤油・コンソメ・ガーリックパウダー 人参・玉葱・ほうれん草・えのきたけ・コンソメ・塩・豆乳バター	とろべー・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
27金	ごはん 甘辛ポークソテー 里芋の煮物 人参の味噌汁 くだもの	米 豚肩ロース・小麦粉・醤油・酒・みりん 里芋・醤油・砂糖・酒 人参・玉葱・えのきたけ・わかめ・葉ねぎ・味噌	ハイハイン・牛乳 さつま芋とりんごの茶巾・牛乳 さつま芋・りんご・砂糖・レモン果汁
28土	ひじきごはん 具だくさん汁 くだもの	米・牛挽肉・人参・ひじき・こんにゃく・醤油・砂糖・みりん・塩・ごま油 人参・玉葱・じゃが芋・豆腐・葉ねぎ・味噌	おやつ・牛乳 青りんごゼリー・牛乳
30月	年末休園		
31火			