

12月分献立表

*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります
*このほかに0・1・2歳児は午前中に牛乳等のおやつがあります



日	曜	主食	副食		おやつ	主な材料		
			副菜	汁物				
1	15	金	ツナ炒り豆腐丼	キャベツの梅のり和え	冬野菜のみそ汁	みそ蒸しパン 牛乳	米・木綿豆腐・ツナ缶・玉葱・白菜・人参・万能葱/ キャベツ・鶏胸肉・もやし・人参・きゅうり・えのき草・自家製梅干し 焼き海苔/ 玉葱・かぼちゃ・フロッコリー・大根/ 薄力粉・ベーキングパウダー・甘納豆/牛乳	
2	9	16	土	根菜みそ ドライカレー	ほくほくホットサラダ	米入り野菜スープ	カップケーキ 牛乳	米・豚挽肉・玉葱・人参・青ピーマン・しめじ・にんにく・カレー粉 ウスターソース・トマトケチャップ/ じゃが芋・かぼちゃ・かぶ・キャベツ・人参・コーン缶・マヨネーズ・ごま/ 米・鶏挽肉・さつま芋・大根・人参・小松菜/ ホットケーキミックス・牛乳・ごま・きな粉/牛乳
4	18	月	カニ玉 チャーハン	春雨サラダ	大根と鶏肉の 生姜スープ	ザーサイ焼きうどん 牛乳	米・カニ缶・卵・玉葱・長葱・しめじ・ごま/ 春雨・ロースハム・きゅうり・わかめ・大豆もやし・人参・ミニトマト/ 鶏モモ肉・大根・人参・じゃが芋・小松菜・生姜/ 乾麺・ザーサイ・生椎茸・玉葱・キャベツ・ウスターソース・かつお節/牛乳	
5	19	火	ご飯	ぶりのクルミみそ焼き もやしの梅おかか和え	千切り野菜のすまし汁	星っこ 豆乳ラスク 牛乳	米/ぶり・くるみ/ 鶏モモ肉・もやし・きゅうり・れんこん・トマト・かつお節・自家製梅干し/ 大根・人参・生椎茸・ごぼう・小松菜/ 星っこ/豆乳ラスク/牛乳	
6	20	水	根菜のミートソース スパゲティ	イタリアンサラダ	ガーリックスープ	ひじきおにぎり 牛乳	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・れんこん・ごぼう・トマト缶・ケチャップ/ 豚モモ肉・レタス・きゅうり・トマト・水菜・さやいんげん・レモン/ じゃが芋・人参・フロッコリー・玉葱・パセリ・にんにく/ 米・ひじき・ごま/牛乳	
7	21	木	ご飯	鶏大根 切干大根とわかめの梅サラダ	納豆汁	ココアスコーン 牛乳	米/鶏モモ肉・大根・玉葱・れんこん・板こんにゃく・干し椎茸・生姜・万能葱/ 切干大根・わかめ・人参・きゅうり・水菜・しらす・自家製梅干し/ 納豆・木綿豆腐・長葱・なめこ・人参/ 薄力粉・ベーキングパウダー・マーガリン・ココア/牛乳	
8	22	金	ソフトフランス	★ロクロ チキンとレタスのサラダ		焼きビーフン 牛乳 かぼちゃ ぜんざい 牛乳	ソフトフランス/牛モモ肉・ウィンナー・ベーコン・白いんげん豆・さつま芋 かぼちゃ・玉葱・人参・コーン缶・クリームコーン缶・パジル パプリカパウダー・クミンパウダー/ 鶏胸肉・レタス・サニーレタス・ほうれん草・ミニトマト・きゅうり・レモン (22日ゆず) / 8日ビーフン・豚挽肉・玉葱・人参・ニラ・生椎茸/ 22日かぼちゃ・白玉粉・小豆/牛乳	
11	25	月	カレーうどん	れんこんのはさみ焼き 大根の和風サラダ		のりおにぎり 牛乳	乾麺・豚モモ肉・玉葱・人参・長葱・カレーフレーク/ 鶏挽肉・木綿豆腐・れんこん・人参・万能葱/ 大根・もやし・きゅうり・わかめ・コーン缶・ツナ缶/ 米・ごま・焼き海苔/牛乳	
12	26	火	ご飯	油淋鶏 豆腐のじゃこサラダ	わかめスープ	フルーツ杏仁 牛乳 お楽しみケーキ 牛乳	米/鶏モモ肉・薄力粉・サラダ菜・長葱/ 木綿豆腐・大根・きゅうり・トマト・レタス・しらす・長葱/ 豚挽肉・わかめ・玉葱・生椎茸・人参・にんにく/ 12日牛乳・みかん缶・白桃缶・パイン缶・りんご・寒天/ 26日薄力粉・牛乳・卵・ココア・動物性クリーム・パイン缶・白桃缶・いちご /牛乳	
13	27	水	☆きりざいかけご飯	くるま麩と根菜の煮物 もやしときのこのゆかり和え	かぼちゃと油揚げの みそ汁	ダイヤモンドクッキー 牛乳	米・納豆・大根・人参・野沢菜漬・ごま/ くるま麩・鶏モモ肉・里芋・大根・人参・干し椎茸/ もやし・きゅうり・わかめ・えのき草・エリンギ・ゆかり/ かぼちゃ・大根・油揚げ・ごぼう・玉葱・小松菜/ 薄力粉・アーモンドプードル・マーガリン/牛乳	
14	28	木	バターロール	ワンタンキッシュ カリカリサラダ	トマト煮込みスープ	お好み焼きおにぎり 麦茶	バターロール/ワンタンの皮・卵・牛乳・鶏モモ肉・じゃが芋・しめじ マッシュルーム・トマト・ほうれん草・パルメザンチーズ・ピザ用チーズ/ ベーコン・レタス・サラダ菜・きゅうり・水菜・コーン缶・レモン/ トマト缶・大豆・玉葱・かぶ・さつま芋・セロリ・かぶ菜/ 米・しらす・かつお節・青のり・マヨネーズ・中濃ソース/麦茶	