



* 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歳児クラス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		
2	16	月	ご飯 豚肉の味噌漬け キャベツと油揚げの和風サラダ	五目みそ汁	大学芋 お茶	米/豚ロース肉・サラダ菜 キャベツ・人参・きゅうり・油揚げ・ごま じゃが芋・大根・人参・こんにゃく・長葱・豚もも肉 さつま芋・ごま/牛乳	
3		火	☆皿うどん キャベツと桜えびのゆずぼん和え	のりとえのきの 卵スープ	にんにく風味のチャーハン 牛乳	揚げ麺・豚もも肉・人参・かまぼこ・生椎茸・玉葱・白菜・緑豆もやし・オイスターソース キャベツ・桜えび・えのきたけ・きゅうり 焼きのり・えのきたけ・人参・玉葱・卵 米・鶏挽肉・人参・玉葱・大葉・かつお節/牛乳	
	17	火	マカロニと挽肉の カレー炒め	グリーンポテトサラダ	白菜のスープ	にんにく風味のチャーハン 牛乳	マカロニ・豚挽肉・玉葱・人参・ピーマン・カレー粉 じゃが芋・きゅうり・万能葱・レモン・マヨネーズ・焼きのり 白菜・玉葱・人参・鶏もも肉・生椎茸・小松菜 米・鶏挽肉・人参・玉葱・大葉・かつお節/牛乳
4	18	水	黒米混ぜご飯 鶏と里芋のごま風味煮	和風ポトフ	さつま芋のガレット 牛乳	米・黒米・豚ロース肉・玉葱・生椎茸・人参 鶏もも肉・里芋・こんにゃく・人参・小松菜・ごま 豚もも肉・人参・ブロッコリー・カリフラワー・玉葱・かぶ・しめじ ホットケーキミックス・卵・牛乳・マーガリン・さつま芋・チーズ/牛乳	
5	19	木	ご飯 家常豆腐 わかめの中華風サラダ	大根とごぼうの 中華スープ	5日★ジンジャーブレッドマン 19日デコレーションケーキ 牛乳	米/木綿豆腐・豚もも肉・生椎茸・人参・赤ピーマン・ピーマン・長葱・オイスターソース わかめ・人参・緑豆もやし・シラス 大根・ごぼう・人参・長葱 5日バター・薄力粉・メープルシロップ・シナモン・グローブ/牛乳 19日ホットケーキミックス・卵・牛乳・動物性クリーム・いちご・キウイ・桃(缶)/牛乳	
6		金	杉の子ピザ 照り焼きチキンサラダ	オクラと野菜のスープ	うずらのたまご ミニハート お茶	強力粉・ドライイースト・牛乳・バター・豚挽肉・玉葱・ホールのトマト(缶)・ピザ用チーズ 鶏胸肉・レタス・サラダほうれん草・ミニトマト・きゅうり・レモン 人参・しめじ・玉葱・オクラ・かぶ・豚挽肉 うずらのたまご・ミニハート/麦茶	
	20	金	バターロール きのこのキッシュ さつま芋のホットサラダ	もちむぎスープ	うずらのたまご ミニハート 冬至ゆず茶	バターロール 鮭・舞茸・しめじ・玉葱・ほうれん草・バター・マカロニ・卵・牛乳 さつま芋・りんご・きゅうり・クリームチーズ・マヨネーズ・粒マスタード 玉葱・人参・万能葱・押し麦・豚挽肉 うずらのたまご・ミニハート/自家製ゆず茶	
7		土	カレーライス キャベツのマリネ	大根スープ	きな粉マカロニ 牛乳	米・豚もも肉・じゃが芋・人参・玉葱・マッシュルーム・カレーの王子さま キャベツ・セロリ・人参・黄ピーマン 大根・大根葉・人参・玉葱・鶏挽肉 マカロニ・きな粉/牛乳	
	21	土	菜めし くだもの	豚汁	ミニカップゼリー メープルかりんとう 牛乳	米・かぶ葉・ごま みかん 豚バラ肉・豚もも肉・大根・人参・里芋・ごぼう・こんにゃく・長葱 ミニカップゼリー・メープルかりんとう/牛乳	
9	23	月	ご飯 油淋鶏 キャベツと挽肉のサラダ	大根とトマトの サンラータン	さつま芋のパンナコッタ 紅茶	米/鶏もも肉・薄力粉・長葱・サラダ菜 キャベツ・大豆もやし・豚挽肉・長葱 大根・ミニトマト・玉葱・ごま さつま芋・豆乳・ゼラチン・動物性クリーム/紅茶	
10		火	豚汁うどん ししゃもの天ぷら 切干大根の酢の物		キャラメルポップコーン 牛乳	乾麺・豚バラ肉・大根・人参・里芋・ごぼう・長葱・こんにゃく ししゃも・薄力粉・サラダ菜 切干大根・わかめ・きゅうり・人参・シラス ポップコーン/牛乳	
	24	火	年越しうどん (肉うどん) 竹輪の磯辺揚げ 舞茸の天ぷら		キャラメルポップコーン お茶	薄力粉・強力粉・豚もも肉・玉葱・人参・ほうれん草・生椎茸 焼き竹輪・あおのり・舞茸・薄力粉・サラダ菜 ポップコーン/麦茶	
11	25	水	ごぼうめし 茶碗蒸し 豚しゃぶのわかめ和え		抹茶マーブルクッキー 牛乳	米・ごぼう・鶏もも肉 卵・芝えび・生椎茸・しめじ・かまぼこ・糸三つ葉 豚もも肉・わかめ・キャベツ・みょうが・自家製梅干し マーガリン・卵・薄力粉・抹茶/牛乳	
12	26	木	食パン マカロニグラタン フレンチコールスロー	ポターージュパイザンヌ	焼きおにぎり お茶	食パン 鶏もも肉・しめじ・玉葱・マカロニ・マーガリン・薄力粉・牛乳・ピザ用チーズ キャベツ・きゅうり・人参・ホールコーン(缶) じゃが芋・かぶ・人参・玉葱・トマト・バター 米/麦茶	
13	27	金	ご飯 塩昆布チャンプルー もやしときのこの梅和え	豚とごぼうのすまし汁	蒸し羊羹 お茶	米/塩昆布・豚ロース肉・生揚げ・長葱・人参・ニラ 緑豆もやし・ニラ・きゅうり・エリンギ・えのきたけ・自家製梅干し・かつお節 豚挽肉・ごぼう・大根・人参 さつま芋・さらしあん・薄力粉・片栗粉/麦茶	
14	28	土	さっぱりクッパ 中華風肉じゃが ほうれん草の中華和え		ザクザククッキー 牛乳	米・豚もも肉・玉葱・人参・緑豆もやし・わかめ 豚もも肉・じゃが芋・人参・玉葱・さやいんげん ほうれん草・えのきたけ・かまぼこ・ごま コーンフレーク・薄力粉・マーガリン/牛乳	

☆郷土料理「皿うどん」：長崎県です

★世界の料理「ジンジャーブレッドマン」：アメリカです