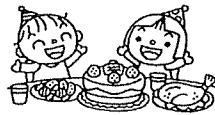




12月献立表



令和6年11月29日

★カミカミメニュー

| 日 | 曜日 | 午前おやつ | 献立名 | 材料名 | 午後おやつ | 材料名 |
|----|----|-------|--|--|---------------------------------------|---|
| 1 | 日 | | | | | |
| 2 | 月 | 牛乳 | ごはん ★鶏肉のごま味噌焼き ミックスおひたし 豆腐のすまし汁 バナナ りんご | 米 鶏肉、味噌、みりん、砂糖、マヨドレ、ごま 白菜、春菊、人参、もやし、なめたけ、醤油、鰹節 玉ねぎ、豆腐、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 りんご | お茶 牛乳 ジャム サンド | お茶 牛乳 食パン、苺ジャム |
| 3 | 火 | 牛乳 | 豚丼 パンサンデー さつま芋スティック ごま スティック 長ねぎの味噌スープ バナナ | 米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、砂糖、みりん、鰹節、片栗粉 春雨、キャベツ、人参、きゅうり、かにかま、酢、砂糖、醤油、ごま油、ごま さつま芋、塩、油 長ねぎ、わかめ、厚揚げ、味噌、中華味、鶏ガラ バナナ | お茶 牛乳 マシュマロ おこし | お茶 牛乳 コーンフレーク マシュマロ、マーガリン |
| 4 | 水 | 牛乳 | 黒糖パン おからミートボール キャベツとコーンサラダ 薄焼き せんべい みかん | 黒糖パン 豚ミンチ、玉ねぎ、おからパウダー、パン粉、塩、ケチャップ、ソース、油 キャベツ、人参、もやし、パプリカ、豆苗、コーン、マヨドレ かぶ、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、醤油、コンソメ、塩 みかん | お茶 牛乳 さけ おにぎり | お茶 牛乳 米、鮭フレーク、ごま 青のり、天かす |
| 5 | 木 | 牛乳 | 麦ごはん さばの香味焼き マカロニサラダ 大豆 スナック けんちん汁 オレンジ | 米、押麦 さば、長ねぎ、生姜、にんにく、醤油、みりん、ごま油 マカロニ、豆苗、キャベツ、ツナ、人参、コーン、マヨドレ、塩 鶏肉、大根、里芋、人参、ごぼう、細ねぎ、醤油、みりん、塩、鰹節 オレンジ | お茶 牛乳 スイーツ 餃子 | お茶 牛乳 さつま芋、砂糖、牛乳 餃子の皮、油 |
| 6 | 金 | 牛乳 | ごはん 卵焼き キャベツのさっぱり和え 野菜 クラッカー 赤だし キウイフルーツ | 米 卵、鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、中華味、みりん、醤油、牛乳、油 キャベツ、人参、コーン、きゅうり、酢、醤油、砂糖、鰹節 玉ねぎ、わかめ、豆腐、細ねぎ、煮干し、赤味噌 キウイフルーツ | お茶 牛乳 ★リボン かりんとう | お茶 牛乳 小麦粉、ごま、砂糖 牛乳、油 |
| 7 | 土 | 牛乳 | おにぎり ハッピー ターン 具だくさん味噌汁 オレンジ | 米、ゆかり 鶏肉、人参、玉ねぎ、白菜、さつま芋、細ねぎ、味噌、鰹節 オレンジ | お茶 せんべい | お茶 せんべい |
| 8 | 日 | | | | | |
| 9 | 月 | 牛乳 | ごはん ★さくさくお魚フライ 納豆和え 卵の花 クッキー 大根の味噌汁 グレープフルーツ | 米 パトウ、小麦粉、パン粉、塩、油、中農ソース 納豆、白菜、豆苗、もやし、人参、醤油、マヨドレ、鰹節 大根、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し グレープフルーツ | お茶 牛乳 さつま芋、砂糖 牛乳、片栗粉 大学芋餅 | お茶 牛乳 さつま芋、砂糖 牛乳、片栗粉 醤油、みりん、黒ごま |
| 10 | 火 | 牛乳 | バターロールパン ポークシチュー コールスローサラダ 牛乳 かりんとう のり塩ポテト りんご | バターロールパン 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ブロッコリー、シチュールー キャベツ、人参、豆苗、コーン、酢、醤油、砂糖、油、パセリ じゃが芋、塩、青のり、油 りんご | お茶 牛乳 小松菜 おにぎり | お茶 牛乳 米、小松菜、塩昆布 醤油、砂糖、ごま油 |
| 11 | 水 | 牛乳 | 弁当の日 どうぶつ ビスケット | | お茶 牛乳 ドーナツ | お茶 牛乳 ホットケーキミックス 砂糖、牛乳、豆腐、油 |
| 12 | 木 | 牛乳 | わかめごはん 豚肉の炒め煮 かぼちゃサラダ 麩のすまし汁 みかん スティック | 米、ふりかけわかめ 豚肉、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、にんにく、醤油、みりん、ケチャップ、ごま かぼちゃ、きゅうり、人参、かにかま、マヨドレ、塩 玉ねぎ、麩、エリンギ、細ねぎ、鰹節、醤油、塩 みかん | お茶 牛乳 ★ボンデ ケーゾ | お茶 牛乳 ホットケーキミックス 団子の子、豆腐、砂糖 粉チーズ、油、牛乳、塩 |
| 13 | 金 | 牛乳 | ジャージャー麺 ツナサラダ 人参 ガーリック里芋 チップス バナナ | 中華麺、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、干し椎茸、細ねぎ、赤味噌、片栗粉、中華味、ごま油 キャベツ、ツナ、人参、チンゲン菜、醤油、酢、砂糖 里芋、片栗粉、コンソメ、ガーリックパウダー、塩、油 バナナ | お茶 牛乳 きな粉 おはぎ | お茶 牛乳 もち米、米、塩 砂糖、きな粉 |

| 日 | 曜日 | 午前おやつ | 献立名 | 材料名 | 材料名 | 材料名 |
|----|----|-------|---|--|---------------------------------|--|
| 14 | 土 | 牛乳 | ごはん 肉野菜炒め すまし汁 せんべい オレンジ | 米 豚肉、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、人参、焼き肉のたれ 玉ねぎ、わかめ、えのき、豆苗、醤油、塩、鰹節 オレンジ | お茶 ポシ菓子 | |
| 15 | 日 | | | | | |
| 16 | 月 | 牛乳 | ロールパン チキンビーンズ 揚げかぼちゃ かぼちゃ チップスサラダ ポーロ キウイフルーツ | ロールパン 鶏肉、大豆、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト缶、ケチャップ、砂糖、コンソメ かぼちゃ、パン粉、小麦粉、油、塩、パセリ キャベツ、人参、きゅうり、ポテトチップス、酢、醤油、砂糖 キウイフルーツ | お茶 牛乳 中華風 雑炊 | 米、鶏ミンチ、白菜 人参、ねぎ、中華味 醤油、塩、ごま油 |
| 17 | 火 | 牛乳 | ピピンパ丼 ★れんこんサラダ 白菜と豆腐のスープ バナナ チーズ | 米、豚肉、人参、ほうれん草、もやし、生姜、味噌、みりん、醤油、ごま油 ひじき、蓮根、豆苗、人参、かにかま、醤油、砂糖、マヨドレ 白菜、玉ねぎ、豆腐、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ | お茶 牛乳 ピザ トースト | 食パン、玉ねぎ、コーン ピーマン、マヨドレ ツナ、チーズ、ケチャップ |
| 18 | 水 | 牛乳 | 誕生会 | お楽しみメニュー | | |
| 19 | 木 | 牛乳 | 麦ごはん はんぺんチーズフライ 大根サラダ しじみ汁 りんご | 米、押麦 はんぺん、チーズ、小麦粉、パン粉、油、ソース 大根、人参、きゅうり、もやし、青じそドレッシング しじみ、細ねぎ、煮干し、味噌 りんご | お茶 牛乳 マープル クッキー | 小麦粉、マーガリン 砂糖、牛乳、ココア |
| 20 | 金 | 牛乳 | ごはん さわらの西京焼き 白菜のゆず和え ブラン クッキー みかん | 米 さわら、味噌、マヨドレ、みりん 白菜、人参、もやし、小松菜、ささみ、ゆず、醤油、酢、砂糖 かぼちゃ、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し みかん | お茶 牛乳 ★野菜の あまから揚げ | さつま芋、蓮根、人参 片栗粉、醤油、砂糖 油 |
| 21 | 土 | 牛乳 | カレーライス ハッピー ターン 野菜スティック バナナ | 米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、カレールー 大根、人参、マヨドレ、ケチャップ バナナ | お茶 せんべい | |
| 22 | 日 | | | | | |
| 23 | 月 | 牛乳 | 中華丼 さつま芋とごぼうサラダ わかめスープ オレンジ | 米、豚肉、玉ねぎ、白菜、人参、にら、醤油、中華味、ごま油、片栗粉 さつま芋、ごぼう、人参、水菜、醤油、砂糖、ごま、マヨドレ わかめ、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、中華味、醤油、鶏ガラ オレンジ | お茶 牛乳 ★ごま せんべい | 小麦粉、ごま、砂糖 塩、油 |
| 24 | 火 | 牛乳 | 五穀米 さけの塩麴焼き 白菜のマヨごま和え 豚汁 ウエハース キウイフルーツ | 米、五穀米 さけ、塩麴 白菜、人参、もやし、小松菜、醤油、マヨドレ、練りごま 豚肉、玉ねぎ、大根、人参、さつま芋、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ | お茶 牛乳 じゃが芋 チーズ おやき | じゃが芋、マーガリン 塩、チーズ、青のり |
| 25 | 水 | 牛乳 | クリスマス会 | ★クリスマスメニュー | | |
| 26 | 木 | 牛乳 | ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 大根のゆかり和え 玉ねぎのすまし汁 りんご | 米 豚肉、ごぼう、人参、白菜、玉ねぎ、生姜、醤油、砂糖、みりん、ごま 大根、人参、きゅうり、ゆかり、ごま 玉ねぎ、豆腐、しめじ、細ねぎ、鰹節、醤油、塩 りんご | お茶 牛乳 コーン プレーク スコーン | ホットケーキミックス コーンフレーク、砂糖 マーガリン、牛乳 |
| 27 | 金 | 牛乳 | 年越しうどん ★まさご揚げ キャベツサラダ バナナ | うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、わかめ、細ねぎ、醤油、みりん、鰹節、塩 鶏ミンチ、玉ねぎ、豆腐、片栗粉、青のり、醤油、砂糖、塩、油 キャベツ、人参、小松菜、もやし、ツナ、マヨドレ、ごま バナナ | お茶 牛乳 のりチーズ おにぎり | 米、もみのり、チーズ ごま、醤油、ごま油 |
| 28 | 土 | 牛乳 | チャーハン 春雨スープ せんべい オレンジ | 米、焼豚、玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、中華味、ごま油 玉ねぎ、しめじ、豆苗、春雨、醤油、中華味 オレンジ | お茶 ラスク | |
| 29 | 日 | | 年末休所 | | | |
| 30 | 月 | | 年末休所 | | | |
| 31 | 火 | | 年末休所 | | | |

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。
※牛乳 3歳未満児/午前・午後 3歳以上児/午前のみ

