

令和6年 12月献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通							
日	曜	はし スプーン	午前のおやつ 主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名		
2	月		バナナ 麦茶	<b>お魚ハンバーグ</b>	エソミンチ 生姜 玉葱 人参 しめじ ピーマン 卵 パン粉 塩こしょう スキムミルク ケチャップ ソース	<b>ひじきとごぼうの きんぴら</b>	ひじき ごぼう 人参 糸こんにゃく いんげん ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	ミニトマト	<b>ココアレーズン蒸しパン 牛乳</b>	蒸しパンミックス ココア レーズン 砂糖 牛乳 スキムミルク	
3	火		オレンジ 麦茶	<b>南瓜の クリームシチュー</b>	鶏肉 南瓜 玉葱 人参 しめじ グリンピース バター シチュールー スキムミルク	<b>カラフルソテー ふりかけ</b>	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油 いりこ かつお節 青のり ごま 塩	キウイ	<b>☆いりこ大豆 牛乳</b>	いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま	
4	水		ヨーグルト 麦茶	<b>白菜入り麻婆豆腐</b>	豚ミンチ 白菜 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	<b>春雨の酢の物</b>	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	<b>カルシウムラスク 牛乳</b>	食パン バター 粉チーズ スキムミルク 青のり ごま	
5	木		キウイ 麦茶	<b>千草焼き</b>	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン 油 砂糖 醤油 スキムミルク	<b>めかぶ納豆</b>	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	ミニトマト	<b>ふんわりきなこ 牛乳</b>	麩 バター きなこ 砂糖	
6	金		ちりめん 牛乳	<b>☆さつま芋の筑前煮</b>	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 生椎茸 こんにゃく さつま芋 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>小松菜のごま和え</b>	小松菜 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	みかん	<b>フルーチェ 麦茶</b>	フルーチェ 牛乳	
7	土		チーズ 麦茶	<b>五目ビーフン</b>	豚肉 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ビーフン麺 ごま油 ソース 塩こしょう	<b>わかめスープ</b>	わかめ 玉葱 人参 豆腐 鶏がらスープの素 醤油 煮干だし	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子	
9	月		みかん 麦茶	<b>鯖の竜田揚げ</b>	鯖 生姜 醤油 みりん 片栗粉 油	<b>おかかひじきキャベツ</b>	ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節	ミニトマト	<b>☆野菜スティック 牛乳</b>	胡瓜 人参 味噌 砂糖 スキムミルク ごま	
10	火		ヨーグルト 麦茶	<b>マカロニ ポークチャップ</b>	豚肉 マカロニ 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	<b>ポパイサラダ ふりかけ</b>	ほうれん草 胡瓜 人参 コーン缶 ベーコン マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう いりこ かつお節 青のり ごま 塩	キウイ	<b>黒ごまふんわりクッキー 牛乳</b>	ホットケーキミックス 黒ごま バター 砂糖 牛乳 スキムミルク	
11	水		バナナ 牛乳	<b>中華丼</b>	豚肉 いか えび 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ 白菜 ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	<b>ひじきナムル</b>	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	<b>田舎おにぎり 麦茶</b>	米 大根葉 油揚げ 油 砂糖 醤油 ごま	
12	木		キウイ 麦茶	<b>大豆入りつくね</b>	鶏ミンチ 大豆 玉葱 人参 葱 豆腐 片栗粉 塩こしょう スキムミルク 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>胡瓜とわかめの酢の物</b>	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 かまぼこ 砂糖 醤油 酢 ごま	ミニトマト	<b>チーズ蒸しパン 牛乳</b>	蒸しパンミックス チーズ 牛乳 スキムミルク	
13	金		ちりめん 麦茶	<b>高野豆腐のカレー風味</b>	豚肉 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース カレー粉 砂糖 醤油 煮干だし	<b>☆切干大根の マヨポン和え</b>	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 かにかま マヨネーズ ポン酢	バナナ	<b>カスタードサンド カルピス</b>	食パン カスタードジャム	
14	土		オレンジ 麦茶	<b>けんちんうどん</b>	鶏肉 玉葱 人参 大根 干し椎茸 豆腐 葱 うどん麺 醤油 みりん 煮干だし	<b>黒ごまさつま</b>	さつま芋 砂糖 醤油 黒ごま	チーズ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子	
16	月		バナナ 麦茶	<b>ツナオムレツ</b>	卵 ツナ缶 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	<b>レバー煮</b>	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニら ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	<b>きなこパイ 牛乳</b>	冷凍パイシート きなこ 砂糖 スキムミルク	
17	火		ヨーグルト 麦茶	<b>そぼろ肉じゃが</b>	合挽ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干だし	<b>野菜のゆかり和え</b>	キャベツ 胡瓜 人参 ゆかり 砂糖 醤油	みかん	<b>お麩スナック 牛乳</b>	麩 ごま油 青のり 塩	
18	水		キウイ 牛乳	<b>具だくさん味噌汁</b>	鶏肉 玉葱 人参 ごぼう 南瓜 白菜 豆腐 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干だし	<b>五目納豆</b>	納豆 人参 たくあん ほうれん草 ちりめん 砂糖 醤油 ごま	バナナ	<b>鮭とわかめのおにぎり 麦茶</b>	米 鮭フレーク わかめ 醤油 ごま	
19	木		チーズ 麦茶	<b>豚肉のチャプチェ</b>	豚肉 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニら ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	<b>三色ナムル</b>	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	<b>芋ようかん 牛乳</b>	さつま芋 砂糖 粉寒天	
20	金		バナナ 麦茶	<b>☆クリスマス昼食会☆(ぶどう・めろん組はごはんを持参してください)</b>							
21	土		みかん 麦茶	<b>里芋グラタン</b>	鶏肉 里芋 玉葱 人参 しめじ グリンピース 塩こしょう スキムミルク 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ 粉チーズ	<b>じゃこわかめ</b>	わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油	キウイ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子	
23	月		ちりめん 牛乳	<b>鯛のごま味噌焼き</b>	鯛 塩こしょう 味噌 砂糖 みりん ごま	<b>昆布煮</b>	刻み昆布 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	<b>☆切干大根おにぎり 麦茶</b>	米 切干大根 ベーコン 砂糖 醤油 ごま	
24	火		ヨーグルト 麦茶	<b>冬野菜ハヤシ</b>	牛肉 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 大根 じゃが芋 ほうれん草 油 ハヤシルー スキムミルク	<b>ブロッコリーのマリネ</b>	ブロッコリー 赤パプリカ 黄パプリカ チーズ 砂糖 醤油 酢 油	バナナ	<b>スノーボールクッキー 牛乳</b>	ホットケーキミックス 南瓜パウダー バター 砂糖 牛乳 スキムミルク 粉糖	
25	水		キウイ 麦茶	<b>☆大豆の五目煮</b>	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>小松菜のお浸し</b>	小松菜 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節	みかん	<b>コーントースト 牛乳</b>	食パン クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう パセリ	
26	木		チーズ 麦茶	<b>かに玉</b>	卵 かにかま 玉葱 人参 干し椎茸 グリンピース スキムミルク ごま油 砂糖 醤油 片栗粉	<b>ささみの中華和え</b>	ささみ キャベツ 胡瓜 人参 わかめ 砂糖 醤油 酢 ごま油	ミニトマト	<b>スイートポテト 牛乳</b>	さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵黄	
27	金		オレンジ 牛乳	<b>豚肉の生姜焼き</b>	豚肉 生姜 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン 油 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>スパゲティサラダ ふりかけ</b>	スパゲティ麺 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう いりこ かつお節 青のり ごま 塩	キウイ	<b>五平もち 麦茶</b>	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま	
28	土		バナナ 麦茶	<b>ポトフ</b>	ウインナー ベーコン 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 キャベツ コンソメ 醤油 パセリ	<b>ほうれん草の バターソテー</b>	ほうれん草 玉葱 人参 しめじ コーン缶 バター 砂糖 醤油 塩こしょう	チーズ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子	

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります