

12月 献立表 幼児食



くすの子保育園

2024年 12月

日付	行事	献立名		食材名			
		昼食	午後おやつ	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
2月		ごはん ぶりの照り焼き 白菜の柚香和え みそ汁(さつまいも)	ハムとコーンの蒸しパン 麦茶	ぶり、油揚げ、プロセスチーズ、ロースハム、卵、牛乳	しょうが、はくさい、にんじん、りょくとうもやし、塩昆布、ゆず、たまねぎ、えのきたけ、長ねぎ、スイートコーン	半つき米、上白糖、さつまいも、麦みそ、ホットケーキミックス、砂糖	料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶
3日		ごはん スパニッシュオムレツ もやしのポン酢和え みそ汁(麩)	グリーンコープのおやつ ミルク	卵、鶏ひき肉、プロセスチーズ、かにかま、スキムミルク	たまねぎ、グリーンピース、りょくとうもやし、こまつな、にんじん、ごぼう、はくさい	半つき米、じゃがいも、なたね油、いりごま、釜焼きふ、麦みそ	コンソメ、こしょう、トマトケチャップ、ぼん酢しょうゆ、煮干しだし、麦茶、ソフトビスケット
4日		ほうとう風うどん ほうれん草のお浸し くだもの	天かすとチーズのおにぎり 麦茶	豚もも肉、油揚げ、しらす干し、かつお節、プロセスチーズ	だいこん、かぼちゃ、ごぼう、長ねぎ、ほうれんそう、にんじん、りょくとうもやし、みかん、あおのり	麦みそ、うどん、砂糖、半つき米、天かす	煮干しだし、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、かつおだし、麦茶、めんつゆ
5日		ひじきごはん 厚揚げのそぼろ煮 みそ汁(白菜)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	ツナ、厚揚げ、豚ひき肉、スキムミルク	干しひじき、にんじん、ごぼう、たまねぎ、ぶなしめじ、たけのこ、グリーンピース、だいこん、はくさい、長ねぎ	半つき米、なたね油、砂糖、かたくり粉、麦みそ、サラダクラッカー、ミルクココア	本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、みりん風調味料、煮干しだし、麦茶
6日		ごはん さつまあげ <郷土料理> 春雨の酢の物 すまし汁(かまぼこ)	あんバターサンド 牛乳(おやつ)	白身魚すり身、木綿豆腐、ロースハム、蒸しかまぼこ、こしあん、牛乳	たまねぎ、干しひじき、りょくとうもやし、にんじん、きゅうり、かぶ	半つき米、かたくり粉、揚げ油、緑豆はるさめ、上白糖、食パン、有塩バター	こいくちしょうゆ、穀物酢、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶
7日		ごはん 筑前煮 かきたま汁	グリーンコープのおやつ ミルク	鶏もも肉、焼き竹輪、卵、スキムミルク	だいこん、ごぼう、にんじん、干しいたけ、グリーンピース、たまねぎ、わかめ	半つき米、なたね油、砂糖、さといも	本みりん、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶、ソフトビスケット
9日		ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切り干し大根サラダ すまし汁(まいたけ)	さつまいもどりのバター煮 牛乳(おやつ)	さけ、ツナ、油揚げ、牛乳	こねぎ、切干しだいこん、にんじん、こまつな、れんこん、スイートコーン、まいたけ、はくさい、りんご	半つき米、麦みそ、マヨネーズ、さつまいも、砂糖、有塩バター	料理酒、本みりん、和風ドレッシング、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶
10日		ごはん 麻婆豆腐 もずくのスープ	グリーンコープのおやつ ミルクココア	木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉、蒸しかまぼこ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、にら、にんにく、しょうが、りょくとうもやし、もずく	半つき米、なたね油、砂糖、ごま油、ミルクココア	豆みそ、こいくちしょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶、ペビードーナツ
11日	もちつき会	ハヤシライス おさつサラダ くだもの	おはぎ 麦茶	牛もも肉、プロセスチーズ、ロースハム、こしあん、きな粉	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、グリーンピース、きゅうり、レーズン、みかん	半つき米、なたね油、さつまいも、マヨネーズ、もち米、砂糖	ハヤシルウ、うすくちしょうゆ、麦茶、食塩
12日		菜飯ごはん 豚大根 あかだし(なめこ)	グリーンコープのおやつ ミルク	しらす干し、豚もも肉、豚ばら肉、厚揚げ、スキムミルク	だいこん、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、なめこ、こまつな	半つき米、いりごま、なたね油、砂糖、麦みそ	菜飯ご飯の素、本みりん、料理酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、豆みそ、麦茶、ペビードーナツ
13日	パンの日	セレクトパン ブロッコリーソーテー ミネストローネ 牛乳	磯の香におにぎり 麦茶	ウインナーソーセージ、ベーコン、牛乳、しらす干し、削り節	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、エリンギ、セロリ、ホールトマト缶、あおのり	有塩バター、じゃがいも、炒め油、半つき米、いりごま	メロンパン、あんパン、カレーパン、ジャムパン、こいくちしょうゆ、コンソメ、食塩、麦茶、うすくちしょうゆ
14日		豆乳担々麺 わかめの酢の物 ヨーグルト	グリーンコープのおやつ ミルクココア	牛ひき肉、豚ひき肉、豆乳、焼き竹輪、ヨーグルト、スキムミルク	長ねぎ、にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、かぶ、わかめ	中華めん、なたね油、砂糖、麦みそ、すりごま、ミルクココア	こいくちしょうゆ、料理酒、鶏がらだし、うすくちしょうゆ、水、穀物酢、麦茶、ペビードーナツ
16日		ごはん ぶりの照り焼き 白菜の柚香和え みそ汁(さつまいも)	ハムとコーンの蒸しパン 麦茶	ぶり、油揚げ、プロセスチーズ、ロースハム、卵、牛乳	しょうが、はくさい、にんじん、りょくとうもやし、塩昆布、ゆず、たまねぎ、えのきたけ、長ねぎ、スイートコーン	半つき米、上白糖、さつまいも、麦みそ、ホットケーキミックス、砂糖	料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶
17日		ごはん スパニッシュオムレツ もやしのごま酢和え みそ汁(麩)	グリーンコープのおやつ ミルク	卵、鶏ひき肉、プロセスチーズ、かにかま、スキムミルク	たまねぎ、グリーンピース、りょくとうもやし、こまつな、にんじん、ごぼう、はくさい	半つき米、じゃがいも、なたね油、いりごま、釜焼きふ、麦みそ	コンソメ、こしょう、トマトケチャップ、ぼん酢しょうゆ、煮干しだし、麦茶、ソフトビスケット
18日		ひじきごはん 厚揚げのそぼろ煮 みそ汁(白菜)	レーズンココアクッキー 牛乳(おやつ)	ツナ、厚揚げ、豚ひき肉、卵、牛乳	干しひじき、にんじん、ごぼう、たまねぎ、ぶなしめじ、たけのこ、グリーンピース、だいこん、はくさい、長ねぎ、レーズン	半つき米、なたね油、砂糖、かたくり粉、麦みそ、薄力粉、マーガリン	本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、みりん風調味料、煮干しだし、麦茶、ピュアココア、ベーキングパウダー
19日		ごはん 筑前煮 かきたま汁	グリーンコープのおやつ ミルク	鶏もも肉、焼き竹輪、卵、スキムミルク	だいこん、にんじん、ごぼう、干しいたけ、グリーンピース、たまねぎ、わかめ	半つき米、なたね油、砂糖、さといも	本みりん、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶、ソフトビスケット
20日	粗食の日	麦ごはん ししゃも 山川漬け 貝だくさんみそ汁	卵ロールサンド 麦茶	ししゃも、厚揚げ、卵、ロースハム	べつたら漬け、かぼちゃ、ごぼう、にんじん、こねぎ、たまねぎ	半つき米、押麦、麦みそ、ロールパン、マヨネーズ	煮干しだし、麦茶、食塩、こしょう
21日		ほうとう風うどん ほうれん草のお浸し くだもの	グリーンコープのおやつ ミルク	豚もも肉、油揚げ、しらす干し、かつお節、スキムミルク	だいこん、かぼちゃ、ごぼう、長ねぎ、ほうれんそう、にんじん、りょくとうもやし、みかん	麦みそ、うどん、砂糖	煮干しだし、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、かつおだし、麦茶、ペビードーナツ
23日		ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切り干し大根サラダ すまし汁(まいたけ)	さつまいもどりのバター煮 牛乳(おやつ)	さけ、ツナ、油揚げ、牛乳	こねぎ、切干しだいこん、にんじん、こまつな、れんこん、スイートコーン、まいたけ、はくさい、りんご	半つき米、麦みそ、マヨネーズ、さつまいも、砂糖、有塩バター	料理酒、本みりん、和風ドレッシング、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶
24日		ごはん 麻婆豆腐 もずくのスープ	グリーンコープのおやつ ミルクココア	木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉、蒸しかまぼこ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、にら、にんにく、しょうが、りょくとうもやし、もずく	半つき米、なたね油、砂糖、ごま油、ミルクココア	豆みそ、こいくちしょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶、ペビードーナツ
25日	お楽しみ会	ツナとコーンのピラフ 鶏のからあげ ブロッコリーとかにかまのサラダ コンソメスープ(ほうれん草)	いちごババロア 麦茶	ツナ、鶏もも肉、かにかま、牛乳、ホイップクリーム	たまねぎ、スイートコーン、グリーンピース、しょうが、にんにく、ブロッコリー、にんじん、ほうれんそう、いちご	半つき米、マーガリン、かたくり粉、なたね油、じゃがいも、ババロアの素	コンソメ、食塩、こいくちしょうゆ、料理酒、本みりん、和風ノンオイルドレッシング、うすくちしょうゆ、麦茶、ソフトビスケット
26日		菜飯ごはん 豚大根 あかだし(なめこ)	グリーンコープのおやつ ミルク	しらす干し、豚もも肉、豚ばら肉、厚揚げ、スキムミルク	だいこん、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、なめこ、こまつな	半つき米、いりごま、なたね油、砂糖、麦みそ	菜飯ご飯の素、本みりん、料理酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、豆みそ、麦茶、ソフトビスケット
27日		豆乳担々麺 わかめの酢の物 ヨーグルト	天かすとチーズのおにぎり 麦茶	牛ひき肉、豚ひき肉、豆乳、焼き竹輪、ヨーグルト、プロセスチーズ	長ねぎ、にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、かぶ、わかめ、大葉	中華めん、なたね油、砂糖、麦みそ、すりごま、半つき米、天かす、ごま	こいくちしょうゆ、料理酒、鶏がらだし、うすくちしょうゆ、水、穀物酢、麦茶、めんつゆ
28日		ハヤシライス おさつサラダ くだもの	グリーンコープのおやつ ミルクココア	牛もも肉、プロセスチーズ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、グリーンピース、きゅうり、レーズン、みかん	半つき米、なたね油、さつまいも、マヨネーズ、ミルクココア	ハヤシルウ、うすくちしょうゆ、麦茶
30日・31日	年末休み						

- ★3歳未満児の午前おやつは「グリーンコープのおやつ」と麦茶を提供いたします。
- ★離乳食は別途、個々の段階に応じたメニューになります。
- ★食物アレルギーをお持ちのお子さんは、医師の指示に応じたメニューになります。
- ★延長保育のおやつ(グリーンコープ等)については、18時以降の延長保育ご利用のお子さんを対象としています。
- ★給食、おやつに關しての心配、質問等がございましたら、ご遠慮なく給食室の方へお立ち寄りください。
- ★当園のご飯は五分つき無農薬米を使用しています。
- ★天候不良等により季節の食材が変更になる場合があります。その際には、玄関掲示にてお知らせ致します。

12月の旬の食材

- <野菜> かぶ・みずな・ブロッコリー・ふかねぎ・ごぼう・ほうれんそう・はくさい・だいこん・さといも・さつまいも・れんこん
- <魚介> はまち、さわら、さば、たら、ぶり、さけ
- <果物> みかん、りんご、いちご

「グリーンコープのおやつ」は以下の商品を使用します。
入荷状況により、その他の商品を使用する場合がございます。ご了承ください。

- ・ベジタブルスティック ・ひと口揚げせん ・小魚せんべい ・えびしお ・ごまスティック
- ・つなごあられ ・動物ぼうろ ・うの花クッキー ・ビスケット ・さくっともちろし ・星せんべい
- ・おにぎりせんべい ・ごぼうせんべい ・ペビードーナツ ・サラダせんべい ・クラッカー

