



令和5年



12月の献立



向島保育園

曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
1 (金)	牛乳	ビーフカレー グリーンサラダ ヨーグルト オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(乳・牛脂) キャベツ 胡瓜 水菜 アスパラ 和風ドレッシング ヨーグルト オレンジ たご焼き(卵・だし) ソース 牛乳 お茶	たご焼き 牛乳(幼児) お茶(乳児)
2 (土)	牛乳	焼きそば ゼリー パナナ	中華麺	中華麺 豚バラ キャベツ 人参 もやし ビーマン ソース お菓子 お茶	お菓子 お茶
4 (月)	牛乳	鮭の塩焼き 豚汁 ブロッコリーのかつお和え りんご	ごはん	米 鮭 塩麹 ブロッコリー かつお節 しょうゆ 豚バラ 大根 人参 糸こんにゃく しめじ 小羊 白菜 ごぼう ねぎ だし汁 みそ りんご ポトケーキミックス(乳) 卵 牛乳 砂糖 油 塩 牛乳 お茶	桃蒸しパン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
5 (火)	牛乳	豚肉のみそ煮 三度豆のゴマ和え えのきずまし汁 みかん	ごはん	米 豚肉 大根 こんにゃく ねぎ みそ だし 砂糖 しょうゆ みりん 三度豆 ゴマ 砂糖 しょうゆ えのき 玉ねぎ 水菜 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ みかん 肉まん 牛乳 お茶	肉まん 牛乳(幼児) お茶(乳児)
6 (水)	豆腐団子(乳児) あべかわもち(幼児) お茶	牛丼 海藻サラダ 味付け小魚 オレンジ	麦入りごはん	印子粉 絹ごしもち米 片栗粉 きな粉 砂糖 米 大麦 牛肉 玉ねぎ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 海藻ミックス 白菜 ポン酢 味付け小魚 オレンジ コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク 牛乳
7 (木)	牛乳	揚げギョウザ ジャーマンポテト 豆腐のみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 ギョウザ 油 じゃが芋 ベーコン(卵・乳) ウインナー ハーブ にんにく オリーブオイル 豆腐 あげ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ どら焼き 牛乳 お茶	どら焼き 牛乳(幼児) お茶(乳児)
8 (金)	牛乳	チキカレー こんにゃくサラダ チーズ みかん	雑穀ごはん	米 雑穀 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ(乳・牛脂) 糸こんにゃく ハム(卵・乳) 胡瓜 人参 ゴマ マヨネーズ(卵) チーズ みかん 食パン いちごジャム 牛乳 お茶	ジャムサンド 牛乳(幼児) お茶(乳児)
9 (土)	牛乳	ラーメン ゼリー オレンジ	中華麺	中華麺 焼き豚 もやし コーン缶 ねぎ なた うエイバー しょうゆ ゼリー オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶
11 (月)	牛乳	鯖のごま焼き 小松菜の白和え 白菜のずまし汁 りんご	ごはん	米 鯖 胡麻ドレッシング(卵) 小松菜 人参 糸こんにゃく ちくわ 木綿豆腐 ごま 砂糖 しょうゆ 白菜 もやし 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ りんご 卵 マヨネーズ(卵) 塩 牛乳 お茶	ゆで卵 牛乳(幼児) お茶(乳児)
12 (火)	牛乳	ブルコギ丼 ほうれん草のかつお和え みかん	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 玉ねぎ 人参 ニラ 春葱 しめじ ごま 生姜 にんにく タレ ほうれん草 かつお節 しょうゆ みかん えびせんべい 牛乳 お茶	えびせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
13 (水)	牛乳	肉じゃが 焼きししゃも アスパラ オレンジ	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 糸こんにゃく グリンピース だし 砂糖 しょうゆ みりん ししゃも アスパラ マヨネーズ(卵) オレンジ 上新粉 米粉 白玉粉 葛粉 砂糖 抹茶 牛乳 お茶	抹茶いちご 牛乳(幼児) お茶(乳児)
14 (木)	牛乳	豚の生姜焼き キャベツのゆかり和え 豆腐のみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 しょうゆ みりん キャベツ ゆかりふりかけ 豆腐 あげ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ 手けんび 牛乳 お茶	手けんび 牛乳(幼児) お茶(乳児)
15 (金)	牛乳	ハヤシライス コーンサラダ ヨーグルト みかん	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ(乳・牛脂) キャベツ 胡瓜 水菜 コーン 和風ドレッシング ヨーグルト みかん りんご パナナ キウイ みかん缶 白桃缶 バイン缶 牛乳 お茶	フルーツ盛り 牛乳(幼児) お茶(乳児)
16 (土)	牛乳	肉うどん ゼリー オレンジ	うどん	うどん 牛肉 だし しょうゆ 砂糖 みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶
18 (月)	牛乳	白身魚の西京焼き じゃこビーマン かき玉 りんご	ごはん	米 白身魚 白みそ みりん ビーマン パプリカ じゃこ しょうゆ 卵 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ りんご 食パン バター グラニュー糖 牛乳 お茶	スナックスライス 牛乳(幼児) お茶(乳児)
19 (火)	牛乳	おでん 豚肉と水菜のサラダ 焼きポテト みかん	セルフおにぎり (幼児)	米 のり ふりかけ 平天(卵) 大根 人参 こんにゃく ちくわ うずら卵 だし 砂糖 しょうゆ みりん 豚肉 水菜 胡麻ドレッシング(卵) ポテト みかん おせんべい(乳) 牛乳 お茶	おせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
20 (水)	牛乳	伊豆豆腐 胡瓜の酢の物 チーズ グレープフルーツ	麦入りごはん	米 大麥 豚ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ ねぎ 赤みそ 甜麺糖 生姜 にんにく 胡瓜 ワカメ じゃこ 春葱 酢 砂糖 淡口しょうゆ チーズ グレープフルーツ 小麦粉 バター 卵 砂糖 ベーキングパウダー 抹茶 ココア 紅茶 きな粉 牛乳 お茶	手作りクッキー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
21 (木)	牛乳	焼きビーフン 白菜のなめたけ和え 大根とあげのみそ汁 りんご	ごはん	米 豚肉 ビーフン キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ ビーマン しょうゆ 白菜 なめたけ 大根 あげ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ りんご ポト菓子 牛乳 お茶	ポト菓子 牛乳(幼児) お茶(乳児)
22 (金)	牛乳	クリームシチュー ホワイトサラダ 味付け小魚 オレンジ	ソフトフランス	ソフトフランス(卵) 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース クリームルウ(乳) ブロッコリー カリフラワー りんご チーズ ヨーグルト 味付け小魚 オレンジ きな粉菓子 牛乳 お茶	きな粉菓子 牛乳(幼児) お茶(乳児)
23 (土)	牛乳	カレーうどん ゼリー パナナ	うどん	うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 ねぎ だし しょうゆ 砂糖 だし汁 淡口しょうゆ カレールウ(乳・牛脂) ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
25 (月) Xmas会	牛乳	から揚げ 三色おひたし オニオンスープ ゼリー いちご	鮭めし おにぎり	米 鮭 菜めしふりかけ 鶏肉 生姜 にんにく しょうゆ 片栗粉 油 ほうれん草 人参 もやし ごま 砂糖 しょうゆ 玉ねぎ ワカメ バセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ ゼリー いちご クリスマスケーキ(卵・乳) 野菜ジュース	クリスマスケーキ 野菜ジュース
26 (火)	牛乳	野菜炒め じゃがちくわ 豆腐のずまし汁 みかん	ごはん	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ ビーマン もやし 鶏ガラ しょうゆ じゃが芋 ちくわ 青のり マヨネーズ(卵) 豆腐 玉ねぎ 小松菜 だし汁 淡口しょうゆ みかん りんごジュース 砂糖 アガー りんご 牛乳 お茶	りんごゼリー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
27 (水)	牛乳	ピザパサ しゅうまい ブロッコリー オレンジ	麦入りごはん	米 大麥 合挽きミンチ 砂糖 しょうゆ みりん ほうれん草 もやし 人参 ごま ごま油 塩 しゅうまい(卵) ブロッコリー マヨネーズ(卵) オレンジ ポテト菓子 牛乳 お茶	ポテト菓子 牛乳(幼児) お茶(乳児)
28 (木)	牛乳	チキンのトマト煮 ツナサラダ ヨーグルト みかん	バケツ	バケツ 鶏肉 玉ねぎ 人参 トマト缶 にんにく ケチャップ バセリ キャベツ 胡瓜 ツナ 水菜 胡麻ドレッシング(卵) ヨーグルト みかん ハイサイト(卵・乳) 卵 グラニュー糖 牛乳 お茶	シュガーパイ 牛乳(幼児) お茶(乳児)

