

2022年度 12月 給食献立表

菊名愛児園
園長 安達直樹

	献立名				食 材		
	乳児おやつ	主食	副 食 ():乳児のみ	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1 木	牛乳 さつま芋	パン	冬野菜のポトフ ブロッコリーのサラダ 果物	麦茶 菜飯おにぎり	パン 油 米 里芋	鶏肉 竹輪 しらす 牛乳	かぶ 人参 えのき コーン ブロッコリー きゅうり 玉葱 小松菜
2 金	麦茶 チーズ	御飯	みそ汁 さわらと白菜の重ね蒸し きんぴらごぼう (果物)	牛乳 お麩ラスク	米 油 ごま油 ごま 焼麩 マーガリン	豆腐 油揚げ さわら 牛乳 みそ	小松菜 いんげん ごぼう 白菜 ごぼう 人参 コーン
3 土	牛乳		ピラフ かぶとベーコンのスープ煮 果物	牛乳 ドーナツ	米 マーガリン 油 じゃが芋 ドーナツ	ツナ ベーコン 牛乳	玉葱 人参 ピーマン かぶ
5 月	牛乳 せんべい	御飯	みそ汁 豚肉と野菜のごま炒め やさいのおかか和え 果物	牛乳 黒糖蒸しパン	米 油 小麦粉	油揚げ みそ 豚肉 牛乳 鰹節	白菜 葱 玉葱 キャベツ ほうれん草 人参
6 火	牛乳 じゃが芋	御飯	豚肉のもち米蒸し みそ汁 チンゲン菜のとりみ炒め (果物)	牛乳 りんごケーキ	米 ごま油 さつま芋 ケーキミックス粉 油	豚肉 おから みそ 牛乳 卵	玉葱 椎茸 もやし 葱 チンゲンサイ えのき 人参
7 水	牛乳 ウエハース		ミートソース かぼちゃのミルクスープ ごぼうときゅうりのサラダ 果物	牛乳 玄米フレークスタック	スパゲティ マヨネーズ マーガリン 玄米フレーク マシュマロ 油	牛肉 豚肉 牛乳 ベーコン	玉葱 人参 南瓜 白菜 ごぼう きゅうり コーン
8 木	牛乳 さつま芋	御飯	わかめスープ マーボー豆腐 春雨の酢の物 (果物)	麦茶 大根餅	米 春雨 ごま油 小麦粉	豚肉 豆腐 牛乳 みそ 干しエビ	わかめ 葱 玉葱 人参 きゅうり コーン 大根
9 金	牛乳 チーズ	御飯	すまし汁 田舎煮 キャベツのサラダ 果物	牛乳 ボンデケーキ	米 油 小麦粉 里芋 じゃが芋	鶏肉 豆腐 みそ ウインナー	小松菜 玉葱 えのき キャベツ れんこん ごぼう 人参 ホウレン草
10 土	牛乳		チャーハン 中華スープ 果物	牛乳 揚げせん	米 油 ごま油 揚げせん	豚肉 鶏肉 牛乳	玉葱 人参 ピーマン チンゲンサイ えのき
12 月	牛乳 せんべい		三色どんぶり みそ汁 さつま芋のレモン煮 果物	麦茶 豆腐チヂミ	米 小麦粉 ごま ごま油 油 さつま芋	鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ 牛乳	人参 大根 ホウレン草 小松菜 には
13 火	牛乳 じゃが芋	御飯	大豆汁 白身魚の香り蒸し もやしの和え物 (果物)	牛乳 小豆蒸しパン	米 小麦粉 マーガリン 油	あかうお 蒸し大豆 みそ 油揚げ 牛乳	なす 玉葱 人参 葱 もやし 小松菜
14 水	牛乳 ウエハース	御飯	みそ汁 大根と豚肉の炒め煮 ブロッコリーと大根のごま和え 果物	麦茶 焼きそば	米 じゃが芋 油 焼きそば麺 ごま油	豚肉 みそ	玉葱 もやし ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ ピーマン
15 木	牛乳 さつま芋	わかめ 御飯	春雨スープ さばのトマト煮 しらすのじゃが芋サラダ (果物)	牛乳 キャロットゼリー	米 春雨 油 じゃが芋	豚肉 さば しらす 牛乳	切干大根 わかめ チンゲン菜 えのき 人参 きゅうり
16 金	麦茶 チーズ	御飯	みそ汁 肉豆腐 ひじきとさつまいもの炒り煮 果物	牛乳 ヨーグルトトースト	米 油 食パン マーガリン	豚肉 豆腐 みそ ヨーグルト ひじき	人参 大根 チンゲン菜 わかめ 玉葱 葱 えのき いんげん
17 土	牛乳		ピラフ さつまいもとベーコンのスープ煮 果物	牛乳 ドーナツ	米 油 さつま芋 ドーナツ	豚肉 ベーコン 牛乳	玉葱 人参 ピーマン 白菜
19 月	牛乳 せんべい	御飯	鶏肉のマーマレード焼き わかめスープ 切り干し大根のツナサラダ 果物	牛乳 みかんパナロア	米 小麦粉	鶏肉 牛乳 ツナ	わかめ 白菜 葱 コーン 切干大根 きゅうり 人参
20 火	牛乳 じゃが芋		豚汁うどん 小松菜のしらすサラダ 果物	麦茶 おはぎ	うどん 米 もち米 里芋	豚肉 しらす きな粉 みそ	大根 人参 ごぼう 葱 小松菜 キャベツ
21 水	牛乳 ウエハース	御飯	豆腐すまし汁 大根と鶏肉の煮物 白菜の昆布和え (果物)	牛乳 バナナパン	米 小麦粉 マーガリン	鶏肉 豆腐 牛乳	蕪 えのき わかめ 人参 白菜 大根
22 木	牛乳 さつま芋	御飯	みそ汁 豚肉の香味焼き 小松菜のごま和え (果物)	牛乳 クリスマスケーキ	米 油 ごま	豚肉 牛乳	かぼちゃ ごぼう 葱 もやし 人参 小松菜
23 金	麦茶 チーズ	カレーピラフ スープ	鶏のから揚げ ポテトサラダ 飲むヨーグルト	牛乳 スノーボール	米 油 じゃが芋 小麦粉 マーガリン マヨネーズ	豚肉 鶏肉 牛乳 卵 ハム アーモンドパウダー	玉葱 キャベツ 人参 えのき きゅうり コーン
25 土	牛乳		チャーハン おかず汁 果物	牛乳 揚げせん	米 油 ごま油 油揚げ	豚肉 豆腐 鶏肉 みそ 牛乳	玉葱 人参 ピーマン 大根 えのき
26 月	牛乳 せんべい	御飯	みそ汁 鶏肉のごまみそ焼き 白菜とほうれん草のおかか和え 果物	牛乳 豆腐スコーン	米 ごま マーガリン ケーキミックス粉	鶏肉 鰹節 豆腐 みそ 牛乳	小松菜 玉葱 わかめ 白菜 ホウレン草
27 火	牛乳 じゃが芋	さつま芋 御飯	みそ汁 さばのりんごソースかけ ほうれん草の塩ごま和え (果物)	牛乳 ごまドーナツ	米 ごま 油 さつま芋 ケーキミックス粉	鯖 油揚げ みそ 豆腐 牛乳	大根 かぼちゃ 葱 玉葱 ホウレン草 キャベツ
28 水	牛乳 ウエハース	カレーライス スープ	キャベツのサラダ 果物	牛乳 コーン蒸しパン	米 油 じゃが芋 小麦粉 マーガリン	豚肉 ツナ 牛乳	人参 玉葱 えのき しめじ キャベツ コーン
29	冬 休 み						
30							
31							

◎納品の都合により献立内容を変更することがございます
◎砂糖は三温糖を使用しています
◎出汁汁はかつおと煮干しからとっています

作成 栄養士 森田