



# 12月給食献立表

ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ
1	水	牛乳 オレンジ	ごはん・蒸し魚の野菜あんかけ・はくさいのすまし汁	メカジキ・人参・玉ねぎ・もやし・ねぎ/白菜・人参・えのきたけ・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子
2	木	牛乳 バナナ	ごはん・チンジャオロースー・中華スープ	豚肉・人参・ピーマン・たけのこ/チンゲン菜・人参・玉ねぎ・豆腐・しめじ/マカロニ・きな粉	ジョア・マカロニあべ川
3	金	牛乳 りんご	ごはん・高野豆腐の煮物・玉ねぎのみそ汁	高野豆腐・鶏肉・レンコン・ごぼう・里芋・人参・グリーンピース/玉ねぎ・人参・しめじ・白菜・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子
4	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまいも・玉ねぎ・油揚げ	お茶・お菓子
6	月	牛乳 バナナ	ごはん・煮魚(玉ねぎ)・かぼちゃのみそ汁・みかん	赤魚・玉ねぎ/かぼちゃ・人参・えのきたけ・ねぎ・油揚げ/みかん	牛乳・お菓子
7	火	牛乳 オレンジ	肉うどん・ほうれん草のナムル・バナナ	牛肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・ふ・ねぎ/ほうれん草・人参・キャベツ・ツナ缶詰・ごま油・ごま/バナナ	牛乳・お菓子
8	水	牛乳 りんご	パン・煮込みハンバーグ・ポイルキャベツ・野菜スープ	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・おから・豆乳/キャベツ/ベーコン・かぶ・人参・小松菜・しめじ/菜めしの素	菜めしのおにぎり
9	木	牛乳 バナナ	鮭の混ぜご飯・白和え・えのきたけのすまし汁	鮭フレーク・青じそ/豆腐・ごま・人参・ほうれん草・しらたき・しいたけ/えのきたけ・白菜・油揚げ・玉ねぎ・ねぎ・ふ	牛乳・お菓子
10	金	牛乳 オレンジ	ごはん・みそおでん・きんぴらごぼう	大根・人参・里芋・さつま揚げ・がんもどき/ごぼう・人参・ピーマン・豚肉・ごま	ヨーグルト
11	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・クリームコーン缶詰・玉ねぎ	お茶・お菓子
13	月	牛乳 バナナ	ごはん・魚の照り煮・さつまいものみそ汁	赤魚/さつまいも・玉ねぎ・人参・しめじ・ねぎ・油揚げ/白蒸粉・プロセスチーズ	牛乳・チーズ蒸しパン
14	火	牛乳 オレンジ	スパゲティナポリタン・キャベツスープ・オレンジ	ウインナー・玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ/ベーコン・キャベツ・ほうれん草・人参・ねぎ/オレンジ/食パン・いちごジャム	牛乳・ジャムサンド
15	水	牛乳 りんご	ごはん・肉団子スープ・切り干し大根のサラダ	鶏ひき肉・パン粉・豆腐・玉ねぎ・白菜・人参・はるさめ・ねぎ/切り干し大根・人参・ツナ缶詰・きゅうり・ごま・ごま油	牛乳・お菓子
16	木	牛乳 オレンジ	カレーライス・フレンチサラダ	豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・バター・小麦粉・牛乳/レタス・きゅうり・トマト・ハム	牛乳・お菓子
17	金	牛乳 バナナ	ごはん・肉豆腐・ふのすまし汁	豆腐・豚ひき肉・人参・ねぎ・ごま油/ふ・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ほうれん草	牛乳・お楽しみ
18	土	お茶 オレンジ	炊き込みご飯・すまし汁	鶏肉・人参・しいたけ・しめじ・油揚げ/えのき・人参・豆腐・ねぎ	お茶・お菓子
20	月	牛乳 バナナ	ごはん・鮭のからめ和え・レタス・キャベツとコーンのスープ	鮭/レタス・マヨネーズ/ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・人参・しめじ・コーン缶詰・ねぎ	牛乳・お菓子
21	火	牛乳 オレンジ	鶏肉うどん・五目煮豆・バナナ	鶏肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・白菜・ねぎ/大豆・ひじき・人参・ごぼう・油揚げ/バナナ/調整豆乳・きな粉	ジョア・豆乳もち
22	水	牛乳 バナナ	にんじんごはん・豆腐汁・かぼちゃのそぼろ煮	人参/かぼちゃ・鶏ひき肉/豆腐・大根・人参・玉ねぎ・ねぎ	牛乳・お菓子
23	木	牛乳 りんご	ごはん・豚みそ・レタス・ほうれん草のすまし汁	豚肉・玉ねぎ・ごま/レタス/ほうれん草・人参・えのきたけ・油揚げ・ねぎ/さつまいも	牛乳・ふかし芋
24	金	ヨーグルト	サンタパン・から揚げ・ウインナー・トマト・ブロッコリー・コンソメスープ・オレンジ	鶏肉/ウインナー/ブロッコリー・マヨネーズ/トマト/ベーコン・キャベツ・コーン缶詰・ねぎ/オレンジ	100%果汁 お楽しみ
25	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
27	月	牛乳 オレンジ	ごはん・豆腐の中華煮・はるさめサラダ	豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しめじ・ごま油/はるさめ・コーン缶詰・もやし・きゅうり・ハム・ごま・ごま油	牛乳・お菓子
28	火	牛乳 バナナ	和風スパゲティ・さつま揚げのすまし汁	ベーコン・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・バター・ウインナー/さつま揚げ・人参・チンゲン菜・大根・しめじ	牛乳・お菓子

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます

