

1日・・・お誕生日会  
 12日・・・☆新作メニュー☆  
 16日・・・クリスマス会



# 12月 給食献立表



なかよし保育園

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	
12/1 (木) <small>(お誕生日会)</small>	コーンごはん	米 バター(乳)		玉ねぎ コーン	コンソメ	プチゼリー	カラフルドーナツ
	ハンバーグ	パン粉	卵 合挽肉 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン	醤油 みりん 酒 ケチャップ		ホットケーキミックス バター(乳) 卵 牛乳 抹茶 グラニュー糖 上白糖 油 ココア(幼児のみ)
	チンゲン菜のソテー/ウイニー	油/	ウイニー	チンゲン菜 パプリカ もやし/	醤油 みりん/		オレンジジュース
	豆乳のスープ		豆乳	大根 人参 ほうれん草	コンソメ		
12/2 (金)	ごはん	米				みかん	オニオンマフィン
	サバの香味焼き		サバ	しょうが にんにく	醤油 みりん 酒		薄力粉 豆乳 きび糖 玉ねぎ 油 塩 ベーキングパウダー メープルシロップ
	キャベツのしそ和え		かまぼこ(卵)	キャベツ 人参 もやし ゆかり	醤油 みりん		牛乳
	なめこのみそ汁			なめこ 大根 ほうれん草	みそ		
12/3 (土)	中華丼	米 片栗粉	豚肉	白菜 人参 しいたけ	中華味 醤油 酒 みりん	りんご	市販のお菓子
	じゃがいものスープ	じゃがいも		しめじ 玉ねぎ わかめ	中華味		市販のお菓子(サンコー)
							牛乳
12/5 (月)	ごはん	米				バナナ	ぐるぐるお芋パイ
	サワラの香り揚げ	油 片栗粉	サワラ	青のり	酒 塩		パイシート さつま芋 きび糖 牛乳 バター(乳)
	春雨のサラダ	春雨 すりごま		きゅうり パプリカ	醤油 きび糖 酢		牛乳
	もずくのみそ汁			もずく 玉ねぎ えのき ねぎ	みそ		
12/6 (火)	パン	イエローパン(乳)				フグ ル ト ッ プ	塩昆布とツナの混ぜごはん
	ジャーマンオムレツ	じゃがいも 油	卵 ウイニー	玉ねぎ 人参 しめじ	酒 コンソメ ケチャップ		米 塩昆布 ツナ 醤油 みりん
	コーンサラダ			コーン ひじき きゅうり	醤油 きび糖 酢		牛乳
	エリンギのスープ			エリンギ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜	コンソメ		
12/7 (水)	ごはん	米				オレ ン ジ	パイナップルケーキ
	豚肉のバター醤油焼き	バター(乳)	豚肉	玉ねぎ 人参 しめじ	酒 醤油		薄力粉 バイン缶 豆乳 きび糖 バター(乳) ベーキングパウダー
	きんぴらごぼう	ごま油 いりごま 糸こんにゃく		ごぼう 人参 ピーマン	醤油 みりん		牛乳
	麩のみそ汁	麩		大根 えのき ねぎ	みそ		
12/8 (木)	ごはん	米				パイ ナ ッ プ ル	マーラカオ
	サケのねぎ焼き		サケ	ねぎ 白ねぎ	酒 塩麩		卵 強力粉 きび糖 牛乳 重曹 ベーキングパウダー 油 醤油
	そうめんチャンプルー	そうめん 油		玉ねぎ 人参 もやし	醤油 みりん		牛乳
	けんちん汁	里芋		大根 人参 ごぼう しいたけ	醤油 みりん 酒		
12/9 (金) <small>園外保育・合同保育</small>	ねぎ塩豚丼	米 ごま油	豚肉	ねぎ 白ねぎ もやし にんにく しょうが	酒 中華味	みかん	あんかけうどん
	れんこんの梅和え			れんこん 人参 きゅうり 梅干し	醤油 みりん		うどん 白菜 人参 醤油 みりん 酒 片栗粉
	かきたま汁		卵	玉ねぎ えのき 小松菜	醤油 みりん 酒		牛乳
12/10 (土)	和風スパゲティ	油 スパゲッティ	ウイニー	玉ねぎ 人参 しめじ	醤油 みりん	りんご	市販のお菓子
	わかめのすまし汁			わかめ 玉ねぎ キャベツ	醤油 みりん 酒		市販のお菓子(サンコー)
							牛乳
12/12 (月)	菜めしおにぎり	米 いりごま		小松菜	塩	バナナ	市販のお菓子/ヨーグルト
	☆コロック☆	油 じゃがいも パン粉 薄力粉	合挽肉 卵	玉ねぎ 人参	塩 醤油 カレー粉		ビスコ/ももヨーグルト(乳)
	大根とツナのサラダ		ツナ	大根 人参 コーン	醤油 きび糖 酢		お茶
	まいたけのみそ汁			まいたけ 玉ねぎ ねぎ	みそ		
12/13 (火)	ごはん	米				オレ ン ジ	韓国風ごはん
	塩マーボー豆腐	ごま油 春雨 片栗粉	豚挽肉 豆腐	玉ねぎ 人参 しいたけ ねぎ にんにく	中華味 塩 酒		米 韓国のり ごま油 醤油
	白ねぎとしらすのナムル	ごま油 いりごま	しらす	白ねぎ もやし コーン ほうれん草	醤油 きび糖		牛乳
	ニラのスープ		卵	ニラ えのき 人参	中華味		
12/14 (水)	ごはん	米				フグ ル ト ッ プ	クリームジャムサンド
	カレイの梅照り焼き		カレイ	梅干し	醤油 みりん 酒		食パン クリームチーズ(乳) いちごジャム きび糖
	かぶの卵とじ煮		卵	かぶ 人参 しいたけ かぶの葉	醤油 みりん		牛乳
	玉ねぎのみそ汁			玉ねぎ えのき わかめ ねぎ	みそ		
12/15 (木)	ごはん	米				みかん	野菜ポッキー
	鶏じゃが	糸こんにゃく じゃがいも	鶏肉	玉ねぎ 人参 いんげん	醤油 みりん 酒 きび糖		薄力粉 片栗粉 人参 パセリ 粉チーズ(乳) 塩 油
	ほうれん草のおかか和え		かつお節	ほうれん草 人参 もやし	醤油 みりん		牛乳
	小松菜のすまし汁			小松菜 しめじ 切干大根	醤油 みりん 酒		

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	
12/16 (金) (クリスマス会)	パンバイキング	パン(卵・乳)				プチゼリー	クリスマスケーキ
	ミートローフ	パン粉	合挽肉 牛乳 卵	玉ねぎ 人参 グリンピース	コンソメ 酒 塩 クチャップ		カップケーキ(卵・乳) 生クリーム(乳) いちご カラフルスプレー(乳)・チョコレート菓子(乳) (幼児のみ)
	ポテサラケーキ/キャンディーチーズ	じゃがいも マヨネーズ(卵) /	キャンディーチーズ(乳)	人参 きゅうり/	塩/		
	コーンクリームスープ		牛乳	玉ねぎ コーン クリームコーン缶 パセリ	コンソメ		ヤクルト(乳)
12/17 (土)	わかめうどん	うどん		玉ねぎ 人参 わかめ	醤油 みりん 酒	オレンジ	市販のお菓子
	かぼちゃの煮物			かぼちゃ 絹さや	醤油 みりん		市販のお菓子(サンコー)
							牛乳
12/19 (月)	親子丼	米	卵 鶏肉	玉ねぎ 人参 しめじ みつば	醤油 みりん 酒 きび糖	フグ ル ト ッ ツ	チーズとコーンのマフィン
	白菜の煮びたし		薄揚げ ちくわ	白菜 人参	醤油 みりん		薄力粉 ベーキングパウダー 卵 コーン バター(乳) きび糖 プロセスチーズ(乳)
	わかめのみそ汁			わかめ 玉ねぎ キャベツ	みそ		
							牛乳
12/20 (火)	ごはん	米				みかん	野菜チップス
	牛肉の柳川風煮	糸こんにゃく	牛肉 卵	玉ねぎ ごぼう 人参 しいたけ みつば	醤油 みりん 酒 きび糖		かぼちゃ れんこん じゃがいも 油 塩
	白和え	練りごま	豆腐	人参 ほうれん草 ひじき	醤油 みりん きび糖 白みそ		牛乳
12/21 (水)	ごはん	米				バナナ	ミートスパゲティ
	サケのちゃんちゃん焼き	バター(乳)	サケ	キャベツ 人参 えのき	みそ 塩 酒 きび糖		スパゲティ 油 合挽肉 玉ねぎ 酒 トマト缶 ウスター クチャップ きび糖 パセリ
	ブロッコリーの和え物			ブロッコリー 人参 もやし コーン	醤油 みりん		
	しいたけのすまし汁			しいたけ 玉ねぎ もすく 小松菜	醤油 みりん 酒		牛乳
12/22 (木)	ごはん/納豆	米	納豆			パイ ナ ッ ッ ル	ピザ
	豚肉のしそ炒め	油	豚肉	玉ねぎ しめじ 青しそ	醤油 酒		強力粉 バター(乳) きび糖 塩 玉ねぎ スクムミルク(乳) ウイニー ビーマン チーズ(乳) ピザソース
	コロコロサラダ	さつまいも マヨネーズ(卵)		人参 きゅうり	塩		
	なすのみそ汁			なす 玉ねぎ ねぎ	みそ		牛乳
12/23 (金)	ごはん	米				フグ ル ト ッ ツ	練乳ミルククッキー
	カレイのみそマヨ焼き	マヨネーズ(卵)	カレイ		酒 塩 みそ		薄力粉 バター(乳) きび糖 練乳
	厚揚げの煮物		厚揚げ	白菜 人参 しめじ	醤油 みりん		
	すいとん	薄力粉		大根 ごぼう 人参 なめこ ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳
12/24 (土)	そばめし	米 中華麺 油	豚肉	キャベツ 人参 もやし	お好みソース	りんご	市販のお菓子
	白菜の中華スープ			白菜 えのき チンゲン菜	中華味		市販のお菓子(サンコー)
							牛乳
12/26 (月)	ごはん	米				バナナ	お麩のキャラメル風ラスク
	サバの南蛮漬け	油 片栗粉	サバ	玉ねぎ パプリカ ビーマン	醤油 みりん 酢 きび糖 酒		麩 バター(乳) きび糖 牛乳
	チンゲン菜のお浸し		錦糸卵	チンゲン菜 人参 もやし	醤油 みりん		
	さつまいものすまし汁	さつまいも		切干大根 玉ねぎ ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳
12/27 (火)	ナポリタン	スパゲティ 油	ウイニー	玉ねぎ ビーマン しめじ	クチャップ 塩 きび糖	オレンジ	肉みそごはん
	大根のボン酢サラダ			大根 人参 水菜	醤油 きび糖 酢		米 合挽肉 ねぎ 卵 小松菜 みそ みりん
	ほうれん草のコンソメスープ			ほうれん草 玉ねぎ パプリカ	コンソメ		
							牛乳
12/28 (水)	チキンカレー	米 じゃがいも カレー(乳)	鶏肉	玉ねぎ 人参 しめじ	酒	みかん	市販のお菓子
	キャベツの和え物			キャベツ 人参 コーン もやし	醤油 みりん		ベジタべる
							牛乳
12/29 (木)							
12/30 (金)	 <span style="font-size: 2em; font-weight: bold;">年末休み</span> 						
12/31 (土)							