

2日・・・誕生日会  
 6日・・・新メニュー  
 7日・・・そうじクッキング  
 9日・・・きりん組クッキング  
 16日・・・クリスマス会  
 22日・・・もちつき  
 23日・・・そうじクッキング



# 12月 給食献立表



\*乳児はチョコレートを使用していません。

社会福祉法人ひとまる会

日付	献立	熟と力になるもの	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	おやつ
12/1 (木)	ごはん	米				りんご	ケーキサレ
	カレーの蒸し料理 おろしソース		カレー	大根	酒 ポン酢		ベーコン 玉ねぎ 卵 オリーブオイル 牛乳 薄力粉 ベーキングパウダー 塩 チーズ(乳) ブロッコリー
	白菜と薄揚げのお浸し		薄揚げ	白菜 人参	醤油 みりん		牛乳
	豆腐のみそ汁	じゃがいも	豆腐	ほうれん草	みそ		
12/2 (金) 誕生日会	チャーハン	米	ハム 卵	ねぎ	中華味	プチゼリー	チーズケーキ
	揚げ餃子	油 ごま油 餃子の皮(小麦)	豚挽肉	キャベツ ニラ にんにく しょうが	中華味 醤油 酒		クリームチーズ(乳) きび糖 卵 薄力粉 レモン汁 粉糖 みかん缶 生クリーム(乳)
	スパゲティサラダ トマト添え	スパゲティ(小麦)	マヨドレッシング	きゅうり 人参/プチトマト			牛乳
	コーンスープ	片栗粉		コーン コーンクリーム缶	鶏ガラスープ		
12/3 (土)	牛丼	米	牛肉	玉ねぎ まいたけ	きび糖 醤油 みりん 酒	バナナ	マシュマロおこし
	もやしのごま和え	すりごま		もやし 人参 きゅうり	醤油 みりん		コーンフレーク マシュマロ(卵) バター(乳)
	わかめのすまし汁		豆腐	わかめ ねぎ	酒 醤油 みりん		牛乳
12/5 (月)	ごはん	米				フグル フルーツ アップ	ココアスコーン
	サバのゆず醤油焼き		サバ	柚子	酒 醤油 みりん		ホットケーキミックス(小麦) きび糖 バター(乳) ココア 牛乳
	甘辛たたきれんこん	ごま 片栗粉		れんこん	きび糖 醤油 ポン酢		牛乳
	かぼちゃのみそ汁		豆腐	かぼちゃ 玉ねぎ	みそ		牛乳
12/6 (火)	パン	ハニーロールパン(小麦)				オレン ジ	スイートポテトケーキ
	☆ミラノ風カツレツ	油 パン粉(小麦) 薄力粉 マヨドレッシング	豚肉 粉チーズ(乳)		酒		さつまいも 牛乳 卵 きび糖 バター(乳) ベーキングパウダー バニラエッセンス 薄力粉
	ブロッコリーのマリネ			ブロッコリー パプリカ コーン	きび糖 酢 醤油		牛乳
	エリンギのスープ			エリンギ ほうれん草	コンソメ		
12/7 (水) そうじクッキング	ごはん	米				バナナ	焼きビーフン
	サケの幽庵焼き		サケ	ゆず果汁	酒 醤油		ビーフン 玉ねぎ ビーマン ガラスープの素 醤油 ごま油
	わかめと薄揚げの白みそ和え	すりごま	薄揚げ	わかめ	白みそ きび糖 酢		牛乳
	豚汁		豚肉	大根 人参 ねぎ	みそ		
12/8 (木)	しらすごはん	米 ごま	しらす	小松菜	醤油 みりん	みかん	野菜ジュースのパン
	すきやき風煮	糸こんにゃく	牛肉 焼き豆腐	玉ねぎ 白菜	酒 きび糖 醤油 みりん		薄力粉 強力粉 バター(乳) きび糖 ドライイースト 塩 野菜ジュース
	人参しりしり		卵	人参 もやし	醤油 みりん		牛乳
	麩のすまし汁	麩(小麦)		わかめ えのき	醤油 みりん		
12/9 (金) きりん組クッキング	ごはん	米				フグル フルーツ アップ	ジャムクッキー
	サワラのコンソメ煮		サワラ	玉ねぎ トマト	酒 コンソメ		薄力粉 片栗粉 サラダ油 レモン汁 きび糖 ブルーベリージャム
	れんこんのカレット		チーズ(乳)	れんこん	醤油 みりん		牛乳
	レタスのスープ		卵	レタス グリーンピース	コンソメ		
12/10 (土)	ごはん	米				バナナ	ピザトースト
	鶏肉の照り焼き		鶏肉		酒 きび糖 醤油 みりん		食パン(小麦) ケチャップ ベーコン マヨドレッシング チーズ(乳)
	キャベツの酢の物			キャベツ パプリカ コーン	酢 きび糖 醤油		牛乳
	玉ねぎのすまし汁			玉ねぎ もやし わかめ	醤油 みりん		
12/12 (月)	タイ飯	米	タイ		酒 塩 醤油 みりん	パイ ナップ ブル	みそまんじゅう
	豆腐のステーキ	片栗粉	豆腐	しめじ ねぎ	醤油 みりん		薄力粉 みそ 牛乳 卵 ベーキングパウダー きび糖
	ほうれん草のナムル			ほうれん草 人参 もやし	砂糖 醤油		牛乳
	切干大根のすまし汁		卵	切干大根 まいたけ	醤油 みりん		
12/13 (火)	ごはん	米				みかん	しょうゆ焼うどん
	八宝菜	片栗粉	豚肉	白菜 人参 たけのこ	中華味 醤油 オイスターソース		うどんの玉(小麦) 油 キャベツ 人参 もやし ガラスープの素 醤油
	小松菜の中華風	ごま油 ごま		小松菜 きゅうり コーン	酢 醤油 きび糖		牛乳
	しめじのスープ			しめじ わかめ ねぎ	ガラスープの素		
12/14 (水)	ごはん	米				バナナ	ミニメロンパン
	ブリの照り焼き		ブリ		酒 きび糖 醤油 みりん		ホットケーキミックス(小麦) 卵 バター(乳) グラニュー糖
	キャベツのおかか和え		かつお節	キャベツ ビーマン	醤油 みりん		牛乳
	大根のみそ汁		豆腐	大根 小松菜	みそ		
12/15 (木)	パン	ロールパン(小麦)				オレン ジ	納豆巻き
	チーズハンバーグ	パン粉(小麦)	合挽肉 卵 牛乳 チーズ(乳)	玉ねぎ 人参	塩 ケチャップ		米 酢 納豆 のり きび糖
	カリフラワーのピクルス			カリフラワー コーン	酢 きび糖 塩		牛乳
	じゃがいものスープ	じゃがいも	豆乳	しめじ パセリ	コンソメ		

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	おやつ
12/16 (金) クリスマス会	ケチャップライス	米		玉ねぎ グリーンピース パプリカ	ケチャップ	プチゼリー	ドーナツリース
	チューリップ/ブロッコリーのポイル	油 片栗粉	鶏肉	にんにく しょうが/ブロッコリー	酒 醤油 塩 みりん/きび糖		ホットケーキミックス(小麦) 牛乳 卵 きび糖 粉糖 レモン汁 チョコスプレー(幼児のみ)
	クリスマスのマカロニサラダ	マヨドレッシング	マカロニ(小麦)	コーン きゅうり			ヤクルト(乳)
	ミネストローネ			玉ねぎ しめじ キャベツ トマト缶	コンソメ		
12/17 (土)	ごはん	米				バナナ	ヨーグルト/市販のお菓子
	牛肉ときのこのあんかけ炒め	片栗粉	牛肉	玉ねぎ エリンギ	きび糖 醤油 みりん		ヨーグルト(乳) いりこ
	切干大根の煮物		薄揚げ	切干大根 人参	醤油 みりん		お茶
	コーンのとろとろスープ			コーン コーンクリーム缶	鶏ガラスープ		
12/19 (月)	ごはん	米				みかん	卵なし蒸しパン
	カレイのピザ焼き		カレイ チーズ(乳)		酒 ピザソース		薄力粉 ベーキングパウダー きび糖 塩 油
	じゃが芋炒め	じゃがいも		しめじ	塩		牛乳
	パプリカのスープ			白菜 パプリカ パセリ	コンソメ		
12/20 (火)	かき卵うどん	うどんの玉(小麦)	卵	玉ねぎ	醤油 みりん	りんご	ひじきそぼろごはん
	さつまいものきんぴら	さつまいも こんにゃく		人参	醤油 みりん きび糖		米 鶏挽肉 ひじき きび糖 みりん 醤油
	小松菜のしらす和え		しらす	小松菜 わかめ	醤油 みりん		牛乳
12/21 (水)	ゆかりごはん	米		ゆかり		パイナップル	チーズドック
	サケのザンギ	油 片栗粉	サケ		酒 塩 醤油 みりん		ロールパン(小麦) ウインナー チーズ(乳)
	人参のお浸し			人参 もやし チンゲン菜	醤油 みりん		アシドミルク(乳)
	卵のみそ汁		卵	キャベツ しいたけ	みそ		
12/22 (木) もちつき	カレーライス	米 じゃがいも カレールー(小麦)	牛肉	玉ねぎ しめじ		みかん	りんごジャムヨーグルト/市販のお菓子
	白和え	ごま ねりごま	豆腐	ひじき 人参 ほうれん草	白味噌 きび糖 醤油		ヨーグルト(乳) りんごジャム 星食べよ(ベフコ)
							お茶
12/23 (金) ぞうじクッキング	ごはん	米				パイナップル	クリスマスクッキー
	サワラの西京焼き		サワラ		酒 白味噌 きび糖		薄力粉 卵 きび糖 バター(乳)
	きゅうりの酢の物			きゅうり もやし わかめ	醤油 みりん きび糖 酢		牛乳
	しいたけのスープ		ちくわ	ほうれん草 しいたけ	中華スープの素		
12/24 (土)	ごはん	米				バナナ	ホットケーキ
	高野豆腐とココロ野菜の煮物		高野豆腐 合挽肉	大根 しめじ	きび糖 醤油 みりん 酒		ホットケーキミックス(小麦) 卵 いちごジャム 牛乳
	もやしの胡麻和え	ごま		もやし 人参	きび糖 醤油 みりん		牛乳
	じゃがいものすまし汁	じゃがいも		切干大根 ねぎ	醤油 みりん		
12/26 (月)	ごはん	米				みかん	そばめし
	おでん	じゃがいも	鶏肉 卵 ウインナー	大根	醤油 みりん		米 中華麺(小麦) 人参 油 キャベツ お好みソース 醤油 オイスターソース
	ブロッコリーときのこの甘辛炒め			ブロッコリー しめじ エリンギ	醤油 みりん きび糖		牛乳
	なめこのみそ汁			なめこ 玉ねぎ わかめ	みそ		
12/27 (火)	ごはん	米				オレンジ	ヨーグルトケーキ
	サンマの蒲焼	油 片栗粉	サンマ		酒 みりん 醤油 きび糖		卵 きび糖 ヨーグルト(乳) 牛乳 薄力粉 バター(乳) ベーキングパウダー
	小松菜のゆかり和え			小松菜 人参 ゆかり	醤油 みりん		牛乳
	キャベツのすまし汁		卵	まいたけ キャベツ	醤油 みりん		
12/28 (水)	ごはん	米				みかん	お好み焼き
	ミートオムレツ	じゃがいも	豚挽肉 卵 牛乳	人参 玉ねぎ まいたけ トマト缶	きび糖 醤油 クチャップ		お好み焼き粉(小麦) キャベツ お好みソース 卵 青のり
	ひじきのサラダ	マヨドレッシング		ひじき パプリカ きゅうり	きび糖 醤油		牛乳
	えのきのスープ			えのき 大根 パセリ	コンソメ		
12/29 (木)	<div style="text-align: center;">  <p>冬休み</p> </div>						
12/30 (金)							
12/31 (土)							