

令和5年



12月 献 立 表



認定こども園あつみ幼稚園

日	曜	献立名		体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	その他
		昼食	おやつ				
1	金	ご飯 味噌汁 あじの香り焼き 和風マヨサラダ りんご 麦茶	スイートポテト 牛乳	高野豆腐 味噌 あじ 牛乳 スキムミルク	米 ごま油 ノンエッグマヨネーズ さつま芋 砂糖 無塩バター	干しいたけ もやし 万能ねぎ 昆布 しょうが にんにく 大根 人参 ほうれん草 りんご	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 麦茶
2	土	味噌鶏そぼろ丼 すまし汁 切干大根の和え物 オレンジ 麦茶	レーズン蒸しパン 牛乳	鶏肉 味噌 かつお節 牛乳	米 油 砂糖 小切麴 薄力粉	玉ねぎ しょうが グリンピース 干しいたけ キャベツ 昆布 切干大根 人参 チンゲン菜 オレンジ レーズン	水 塩 こいくちしょうゆ 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
4	月	ご飯 味噌汁 鶏肉の磯辺焼き 切干大根のサラダ りんご 麦茶	ぶどうゼリー 牛乳	油揚げ 味噌 鶏肉 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	干しいたけ 玉ねぎ 昆布 焼きのり 切干大根 人参 パプリカ りんご ぶどうジュース アガー	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 塩 麦茶
5	火	ご飯 ポークカレー 春雨のサラダ チーズ 麦茶	フルーツパン 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 油 春雨 砂糖 フルーツパン	玉ねぎ 人参 小松菜 パプリカ	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶
6	水	ご飯 味噌汁 手作りがんもどき キャベツのごま風味和え パナナ 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	味噌 木綿豆腐 鶏肉 きな粉	米 小切麴 砂糖 片栗粉 油 ごま油 ごま マカロニ	干しいたけ 白菜 には 昆布 ひじき 人参 万能ねぎ キャベツ きゅうり コーン パナナ	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 穀物酢 麦茶
7	木	【大雪】小松菜と塩昆布の混ぜご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き おでん風煮物 みかん 麦茶	野菜といりこの甘辛和え 牛乳	味噌 ぶり さつま揚げ 煮干し 牛乳	米 じゃが芋 油 さつま芋 砂糖 片栗粉	小松菜 塩昆布 干しいたけ しめじ 長ねぎ 昆布 大根 人参 みかん	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 塩 麦茶
8	金	雑穀ご飯 味噌汁 鶏肉のオーロラソース焼き 白菜のサラダ チーズ 麦茶	スノーボール 麦茶	油揚げ 味噌 鶏肉 チーズ	米 もちきび 黒米 ノンエッグマヨネーズ 油 砂糖 無塩バター 薄力粉 片栗粉 粉糖	干しいたけ 玉ねぎ 水菜 昆布 白菜 人参 チンゲン菜	水 塩 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶
9	土	ビビンバ丼 中華スープ 焼きビーフン オレンジ 麦茶	マシュマロサンドクラッカー 牛乳	豚ひき肉 牛乳	米 ごま油 砂糖 ごま ビーフン 油 クラッカー マシュマロ	しょうが ほうれん草 もやし 人参 大根 干しいたけ 万能ねぎ ピーマン オレンジ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 塩 麦茶
11	月	ご飯 味噌汁 鶏肉のカレー風味炒め わかめの和え物 りんご 麦茶	パンケーキいちごジャム添え 牛乳	油揚げ 味噌 鶏肉 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 薄力粉 いちごジャム	干しいたけ 切干大根 小松菜 昆布 玉ねぎ 人参 グリンピース しょうが にんにく キャベツ わかめ コーン りんご	水 万能つゆ 料理酒 カレー粉 麦茶 ベーキングパウダー
12	火	ご飯 味噌汁 たらのゆかり天ぷら 大根の酢の物 オレンジ 麦茶	かぼちゃ餅 牛乳	味噌 たら 牛乳	米 小切麴 薄力粉 片栗粉 油 砂糖	干しいたけ 白菜 なめこ 昆布 ゆかり 大根 きゅうり 人参 オレンジ 南瓜	水 穀物酢 塩 こいくちしょうゆ 麦茶 みりん
13	水	ご飯 すまし汁 【給食の鉄人】鶏肉のリング味噌焼き ブロッコリーサラダ パナナ 麦茶	青のりポテト 牛乳	木綿豆腐 鶏肉 味噌 牛乳	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ じゃが芋	干しいたけ しめじ 長ねぎ 昆布 りんご にんにく しょうが ブロッコリー もやし 人参 パナナ 青のり	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
14	木	麦ご飯 味噌汁 れんこん入り鶏つくね 納豆和え チーズ 麦茶	ゼリー（グレープフルーツ 味） 牛乳	味噌 鶏肉 納豆 チーズ 牛乳	米 押し麦 パン粉 片栗粉 グレープフルーツゼリーの素	干しいたけ 大根 人参 水菜 昆布 玉ねぎ れんこん 白菜 ほうれん草	水 塩 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶
15	金	あんかけ焼きそば 中華スープ キャベツのサラダ みかん 麦茶	ふりかけおにぎり 小魚 麦茶	豚肉 厚揚げ ふりかけかつお 煮干し	蒸し中華麺 ごま油 片栗粉 油 砂糖 米	玉ねぎ 人参 には もやし 干しいたけ キャベツ きゅうり パプリカ みかん	こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 水 チキンスープの素 穀物酢 塩 麦茶
16	土	豚丼 味噌汁 ほうれん草のお浸し パナナ 麦茶	カップヨーグルト ウエハース 麦茶	豚肉 味噌 かつお節 ヨーグルト	米 小切麴 ウエハース	玉ねぎ グリンピース 干しいたけ 大根 わかめ 昆布 ほうれん草 もやし 人参 パナナ	水 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶
18	月	ご飯 チキンカレー 人参ドレッシングサラダ りんご 麦茶	麴のラスク 牛乳	鶏肉 牛乳	米 じゃが芋 油 小切麴 無塩バター 砂糖 グラニュー糖	玉ねぎ 人参 白菜 小松菜 りんご	水 カレールウ 人参ドレッシング 麦茶
19	火	☆クリスマス献立☆キャロットライス シチュースープ ローストチキン フレンチサラダ パナナ 麦茶	トライフル 牛乳	牛乳 鶏肉 クリーム	米 じゃが芋 油 砂糖 いちごプリン ^{の素} カステラ いちごジャム	人参 バセリ 玉ねぎ しょうが にんにく キャベツ ブロッコリー パプリカ パナナ 黄桃缶 バイン缶	水 塩 チキンスープの素 料理酒 ホワイトソース 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 穀物酢 麦茶
20	水	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のトマト煮 ベイクドポテト オレンジ 麦茶	黄桃蒸しパン 牛乳	鶏肉 ベーコン 牛乳	米 油 砂糖 じゃが芋 薄力粉	白菜 えのき茸 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 ダイストマト コーン バセリ オレンジ 黄桃缶	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 麦茶 ベーキングパウダー
21	木	野菜パン コンソメスープ ツナとポテトのパン粉焼き キャロットラベ りんご 麦茶	わかめおにぎり 小魚 麦茶	かつおフレーク チーズ 煮干し	野菜パン じゃが芋 パン粉 油 砂糖 米	玉ねぎ コーン ブロッコリー にんにく しょうが バセリ 人参 もやし りんご わかめご飯の素	水 チキンスープの素 塩 料理酒 穀物酢 麦茶
22	金	【冬至】かぼちゃご飯 すまし汁 さばの竜田揚げ 冬野菜のごま味噌和え みかん 麦茶	あんこクッキー 牛乳	木綿豆腐 さば 味噌 こしあん 牛乳	米 片栗粉 油 ごま 砂糖 薄力粉	南瓜 干しいたけ 人参 しめじ 昆布 にんにく しょうが ごぼう 小松菜 白菜 みかん	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶 ベーキングパウダー
23	土	ご飯 中華スープ 厚揚げの中華煮 チンゲン菜の和え物 オレンジ 麦茶	焼き芋 牛乳	厚揚げ 豚肉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 さつま芋	キャベツ 長ねぎ には 玉ねぎ 人参 グリンピース チンゲン菜 もやし オレンジ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
25	月	玄米入りご飯 味噌汁 鶏肉の生姜炒め なめたけ和え りんご 麦茶	五平餅 麦茶	味噌 鶏肉	米 玄米 小切麴 油 砂糖 ごま	干しいたけ 南瓜 白菜 昆布 玉ねぎ しょうが 大根 人参 ほうれん草 なめ茸 りんご	水 料理酒 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶 みりん
26	火	ご飯 コンソメスープ ミートローフ 野菜ソテー オレンジ 麦茶	ポップコーン 牛乳	豚ひき肉 木綿豆腐 牛乳	米 じゃが芋 パン粉 片栗粉 油 ポップコーン	玉ねぎ コーン キャベツ もやし ピーマン オレンジ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 麦茶
27	水	きつねうどん 根菜とハムのサラダ ジョア 麦茶	ごま塩おにぎり 小魚 麦茶	油揚げ ロースハム ジョア 煮干し	うどん さつま芋 ノンエッグマヨネーズ 米 ごま	人参 小松菜 長ねぎ れんこん	水 万能つゆ こいくちしょうゆ 塩 麦茶
28	木	ご飯 味噌汁 鶏肉とじゃが芋の煮物 キャベツとしらすの甘酢和え パナナ 麦茶	ジャムヨーグルト ウエハース 麦茶	味噌 鶏肉 しらす ヨーグルト スキムミルク	米 じゃが芋 油 砂糖 マーマレード ウエハース	干しいたけ 切干大根 しめじ チンゲン菜 昆布 人参 玉ねぎ グリンピース キャベツ パナナ	水 万能つゆ みりん 穀物酢 塩 こいくちしょうゆ 麦茶

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。