

12月給食だより



大領乳児保育園

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
2月	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 たらのマヨネーズ焼き 高野豆腐の煮物 白菜のみそ汁	たら 高野豆腐 味噌	玉ねぎ・コーン・ドライパセリ 人参・きぬさや 白菜・干わかめ	精白米 マヨドレ・キャノーラ油 上白糖	食塩・料理酒 淡口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 みかん	牛乳(乳)	みかん		
3月	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 鶏じゃが 小松菜の塩昆布和え かぶのみそ汁	鶏肉 竹輪 あげ・味噌	玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・三度豆 小松菜・キャベツ・汐ふき昆布 かぶら	精白米 じゃがいも・キャノーラ油・上白糖	濃口醤油・みりん風・料理酒・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 ふのラスク	牛乳(乳)			切り麩(小麦)・キャノーラ油・上白糖
4月	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	中華丼 大根のポン酢和え 豆腐のスープ	豚肉 ナルト 豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・しいたけ・しょうが 大根・ブロッコリー ねぎ	精白米・片栗粉	濃口醤油・みりん風・中華味・食塩・水 味ぼんマイルド 中華味・水
		3時	牛乳 スイートポテト	牛乳(乳) 豆乳			さつまいも・上白糖
5月	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ キャベツのスープ	鶏肉 ツナ缶	人参・きゅうり キャベツ・コーン	精白米 マーマレードジャム マカロニ(小麦)・マヨドレ	料理酒・濃口醤油 コンソメ・水
		3時	牛乳 豆乳プリン	牛乳(乳) 豆乳	クールアガー	上白糖	
6月	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	五目うどん 三度豆の和え物 黄桃缶	鶏肉・あげ	人参・玉ねぎ・ねぎ 三度豆・コーン 黄桃缶	うどん(小麦) 上白糖	濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油
		3時	お茶 わかめおにぎり		炊き込みわかめ	精白米	
9月	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 アジフライ ひじきの煮物 玉ねぎのみそ汁	アジ あげ 味噌	ひじき・人参・グリーンピース 玉ねぎ・干わかめ	精白米 小麦粉(小麦)・パン粉(小麦)・キャノーラ油 上白糖	食塩・トンカツソース 濃口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 オレンジゼリー	牛乳(乳)			
10月	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 炒り豆腐 ほうれん草のごま和え 千切大根のみそ汁	豆腐・豚肉 竹輪 味噌	玉ねぎ・人参・しめじ・きぬさや ほうれん草・白菜 切干大根・ねぎ	精白米 上白糖・ごま油 白ごま・上白糖	濃口醤油 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 レーズン蒸しパン	牛乳(乳)	レーズン	小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
11月	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	焼きそば もやしナムル ごぼうのみそ汁	豚肉 味噌	キャベツ・玉ねぎ・人参 もやし・チンゲン菜 ごぼう・干わかめ	中華麺(小麦)・キャノーラ油 上白糖・ごま油	トンカツソース 濃口醤油 だし汁
		3時	お茶 ゆかりおにぎり		ゆかり	精白米	
12月	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 鶏肉と大根の煮もの ポテトサラダ もやしのみそ汁	鶏肉 ツナ缶 味噌	大根・人参・三度豆 コーン・きゅうり もやし・小松菜	精白米 キャノーラ油・上白糖・片栗粉 じゃがいも・マヨドレ	濃口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 コーンフレークバー	牛乳(乳)			コーンフレーク・キャノーラ油
13月	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	カレーライス コールスローサラダ チーズ	豚肉 棒チーズ(乳)	玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン	精白米・じゃがいも・キャノーラ油 マヨドレ	とろけるカレー甘口(小麦)・水
		3時	牛乳 バナナ	牛乳(乳)	バナナ		

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
16月		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 豚肉の生姜炒め 南瓜の煮物 大根のみそ汁	豚肉 あげ・味噌	玉ねぎ・人参・しょうが 南瓜・グリーンピース 大根	精白米 上白糖・キャノーラ油 上白糖	濃口醤油 濃口醤油・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 ブドウゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素・ブドウ・水
17火		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 鶏肉の照焼き 千切大根の煮物 白菜のみそ汁	鶏肉 あげ 味噌	切干大根・人参・きぬさや 白菜・ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉 上白糖	料理酒・みりん風・濃口醤油 だし汁・みりん風・濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 ココアクッキー	牛乳(乳)			小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油
18水		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	豚丼 ほうれん草の和え物 ふのすまし汁	豚肉	玉ねぎ・人参・しめじ・ねぎ ほうれん草・人参・コーン 干わかめ	精白米・上白糖・片栗粉 上白糖 切り麩(小麦)	だし汁・濃口醤油・みりん風 濃口醤油 淡口醤油・みりん風・食塩・だし汁
		3時	牛乳 フライドポテト	牛乳(乳)			シューストリング・キャノーラ油
19木		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ケチャップライス 鶏の唐揚げ フラワーサラダ コンスープ	ツナ缶 鶏肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース にんにく ブロッコリー・カリフラワー・人参 玉ねぎ・コーン	精白米・キャノーラ油 片栗粉・キャノーラ油 マヨドレ マーガリン(乳)・小麦粉(小麦)	ケチャップ・コンソメ・食塩 料理酒・濃口醤油 コンソメ
		3時	牛乳 クリスマスケーキ	牛乳(乳)	ほうれん草・いちご		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油
20金		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	みそラーメン キャベツのツナ和え みかん	豚肉・味噌 ツナ缶	小松菜・玉ねぎ・しいたけ・ねぎ キャベツ・人参 みかん	ラーメン(小麦) 上白糖	中華味・濃口醤油・水 濃口醤油
		3時	お茶 たぬきおにぎり	花かつお	ねぎ	精白米	天かす(小麦)・めんつゆ・淡口醤油
23月		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 あかうおの生姜煮 チンゲン菜の和え物 じゃがいものみそ汁	赤魚 竹輪 味噌	しょうが チンゲン菜・白菜・人参 ねぎ	精白米 上白糖 上白糖 じゃがいも	食塩・料理酒・濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 お好み焼き	牛乳(乳) 竹輪・花かつお	キャベツ・人参・あおのり		お好み焼き粉(小麦)
24火		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 手作りハンバーグ かぼちゃサラダ オニオンスープ	合ミンチ・大豆ミンチ・玉子(卵)	玉ねぎ 南瓜・枝豆 玉ねぎ・コーン	精白米 パン粉(小麦) マヨドレ	食塩・ケチャップ 食塩 コンソメ・水
		3時	牛乳 フルーツポンチ	牛乳(乳)	パイナップル・黄桃缶・みかん缶		
25水		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 ホイコーロー 春雨の中華和え わかめスープ	豚肉・赤だし味噌	キャベツ・玉ねぎ・三色ピーマン 人参・きゅうり もやし・干わかめ	精白米 キャノーラ油・上白糖・片栗粉 緑豆春雨・上白糖・ごま油	濃口醤油 酢・濃口醤油 中華味・水
		3時	牛乳 ふかしもち	牛乳(乳)			さつまいも
26木		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	そばろチャーハン 五目煮豆 ほうれん草のみそ汁	合ミンチ 大豆・鶏肉 味噌	玉ねぎ・人参 大根・人参・グリーンピース ほうれん草・しいたけ	精白米・ごま油 上白糖	中華味・食塩・濃口醤油 濃口醤油・みりん風 だし汁
		3時	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(乳) きな粉			マカロニ(小麦)・上白糖
27金		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	年越しうどん キャベツのゆかり和え パイナップル	豚肉	玉ねぎ・小松菜・人参 キャベツ・三度豆・人参・ゆかり パイナップル	うどん(小麦) 上白糖	淡口醤油・食塩・みりん風・だし汁
		3時	お茶 なめしおにぎり		菜めしの素	精白米	

1~2歳栄養価の平均 エネルギー(エ) 512kcal たんぱく質(たん) 19.9g 脂質(脂) 17.2g 食塩相当量(食塩) 1.5g

★都合により、献立を一部変更することがありますがご了承ください。

★土曜日はパン給食またはお弁当です

★()内は小麦、卵、乳を含む製品です。

★マヨドレは卵不使用のマヨネーズタイプのドレッシングです。

★※10時おやつは園より提供になります。

