



12月の献立

令和5年 日清医療食品



日	こんだて	おやつ	(あか)血や肉をつくる	(きいろ)熱や力になる	(みどり)体の調子を整える
1日(金)	チキンカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト	保育乳 芋天ぷら	鶏肉 ツナ わかめ 卵 ヨーグルト 保育乳	米 押麦 じゃが芋 油 カレー粉 バーモントカレールー 砂糖 ごま さつま芋 小麦粉	人参 玉ねぎ コーン セロリ グリーンピース キャベツ レタス きゅうり トマト 果物缶
2日(土)	焼きそば ブロッコリーのしらす梅和え アーサ汁 果物	保育乳 ちよぼちよぼクッキー	豚肉 青さのり しらす 糸かつお あおさ 豆腐 保育乳	焼きそば麺 油 砂糖 ちよぼちよぼクッキー	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ピーマン ブロッコリー たけのこ 椎茸 果物
4日(月)	黒米ご飯 さばのみそ煮 クープイリチー かきたま汁 果物	保育乳 豆腐スコーン	さば みそ 昆布 豚肉 卵 豆腐 保育乳	米 黒米 砂糖 糸こんにゃく 油 片栗粉 ケーキミックス バター	生姜 切干大根 人参 えのき 大根の葉 果物 レーズン
5日(火)	ハヤシライス ブロッコリーサラダ 果物	保育乳 オレンジ フレンチトースト	牛肉 豚レバー ちくわ 卵 牛乳 保育乳	米 押麦 油 小麦粉 砂糖 ゴマドレッシング 食パン バター	玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ グリーンピース ブロッコリー パプリカ 果物
6日(水)	玄米ご飯 大根のみそ汁 鶏肉のバーベキューソース焼き 人参しりしり 果物	保育乳 セサミクッキー	鶏肉 卵 油揚げ みそ 保育乳	米 玄米 砂糖 油 小麦粉 ごま バター	玉ねぎ 生姜 にんにく コーン 人参 にら 大根 長ねぎ 果物
7日(木)	玄米ご飯 魚のごまみそ漬焼き 麩チャンプルー そうめん汁 果物	保育乳 小倉ケーキ	白身魚 みそ 卵 豚肉 牛乳 保 育乳	米 玄米 砂糖 ごま 油 車麩 そうめん ケーキミックス バター つぶあん	生姜 小松菜 人参 ねぎ 果物
8日(金)	わかめご飯 レバーフライ・甘ダレ漬け 白菜の和え物 おつゆ麩のみそ汁 果 物	保育乳 スイートポテト	わかめ 豚レバー 卵 ツナ みそ 生クリーム 保育乳	米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 おつゆ麩 さつま芋 バター	にんにく 白菜 人参 きゅうり 玉ねぎ 大根の葉 果物
9日(土)	五目チャーハン ナムル 中華スープ 果物缶	保育乳 レモンケーキ	鶏肉 ちくわ わかめ 豆腐 保育乳	米 砂糖 ごま油 ごま 片栗粉 油 ごま油 レモンケーキ	人参 玉ねぎ ピーマン 椎茸 もやし パプリカ にんにく 小松菜 長ねぎ 果物缶
11日(月)	玄米ご飯 白身魚のケチャップあん パパイヤイリチー かぼちゃのみそ汁 果物	保育乳 チーズ蒸しパン	白身魚 豚肉 みそ 卵 クリームチーズ 牛乳 保育乳	米 玄米 片栗粉 油 小麦粉 ケーキミックス 砂糖	パパイヤ 人参 にら 生姜 かぼちゃ 玉ねぎ 貝割大根 果物
12日(火)	もずく丼 キャベツごま和え 豆乳入りさつま汁 果物	保育乳 ブラウニー	もずく 豚ミンチ 卵 ちくわ 油揚げ みそ 豆乳 保育乳	米 押麦 砂糖 片栗粉 ごま さつま芋 小麦粉 バター ココア	ピーマン 生姜 キャベツ ブロッコリー パプリカ 大根 人参 ねぎ 果物
13日(水)	玄米ご飯 金目鯛のムニエル いり豆腐 里芋のみそ汁 果物	保育乳 野菜ヒラヤーチ	金目鯛 豆腐 ひじき 豚ミンチ みそ ツナ 卵 保育乳	米 玄米 小麦粉 バター 油 ごま油 里芋	人参 いんげん しめじ 大根の葉 キャベツ ニら 人参 果物
14日(木)	牛丼 切干大根の酢の物 かぶのみそ汁 フルーツヨーグルト	ぜんざい	牛肉 ツナ わかめ みそ 保育乳 ヨーグルト 絹ごし豆腐	米 糸こんにゃく 砂糖 金時豆 黒糖 押麦 白玉粉	玉ねぎ 人参 椎茸 グリーンピース 切干大根 きゅうり パプリカ かぶ 果物缶
15日(金)	★クリスマス会★ キーマカレー ひじきと枝豆のサラダ 季節の果物	保育乳 プチケーキ	合挽きミンチ 豚レバー ひじき 枝豆 保育乳	米 押麦 カレー粉 じゃが芋 油 砂糖 ごまドレッシング プチケーキ	人参 玉ねぎ ピーマン なす にんにく コーン パプリカ れんこん 季節の果物
16日(土)	中華丼 青菜のごま和え コーンスープ 果物	保育乳 和のパンケーキ	豚肉 保育乳	米 片栗粉 ごま 砂糖 パンケーキ	白菜 人参 ピーマン 椎茸 きくらげ ほうれん草 パプリカ えのき コーン 貝割大根 果物
18日(月)	麦ご飯 魚の揚げ煮 千切イリチー 鶏と冬瓜のみそ汁 果物	保育乳 きなこサブレ	赤魚 豚肉 鶏肉 みそ きな粉 卵 保育乳	米 押麦 油 砂糖 こんにゃく 油 ケーキミックス バター	生姜 切干大根 人参 椎茸 冬瓜 小松菜 果物
19日(火)	コッペパン かぼちゃシチュー ブロッコリーごまあえ 果物	油みそおにぎり	鶏肉 牛乳 ひじき みそ のり	コッペパン バター 砂糖 ごま 米	南瓜 玉ねぎ 人参 白菜 パプリカ マッシュルーム ブロッコリー コーン 果物
20日(水)	お弁当会	保育乳 バナナマフィン	卵 保育乳	ケーキミックス 砂糖	バナナ
21日(木)	枝豆ご飯 豆腐の松風焼き 野菜のごま和え きこのすまし汁 果物	保育乳 紅イモくずもち	枝豆 豆腐 豚ミンチ スキムミルク みそ きな粉 保育乳	米 パン粉 砂糖 ごま 油 くず粉 紅芋粉	長ねぎ 人参 白菜 きゅうり 小松菜 パプリカ えのき しめじ 椎茸 ねぎ 果物
22日(金)	★お誕生日会★ カレーピラフ ハンバーグ ブロッコリー マカロニサラダ ミネストローネ 果物	ジュース お誕生日 ケーキ	鶏・豚ミンチ ハンバーグ 卵 ツナ ウインナー スキムミルク	米 油 カレー粉 マカロニ 砂糖 マヨネーズ ごま ABCマカロニ ケーキ ジュース	玉ねぎ ピーマン 人参 にんにく 南瓜 ブロッコリー きゅうり キャベツ トマト 果 物
23日(土)	焼きうどん かぼちゃサラダ 牛肉スープ 果物	保育乳 どら焼き	豚肉 糸かつお チーズ 牛肉 のり 保育乳	うどん 油 マヨドレ ごま油 ごま どらやき	キャベツ 玉ねぎ 人参 椎茸 ピーマン 南瓜 きゅうり 大根 生姜 にんにく コーン えのき ねぎ 果物
25日(月)	チキンライス ミートローフ ポテトサラダ コーンクリームスープ 果物	保育乳 レーズン クッキー	鶏肉 合挽きミンチ 豚レバー 卵 牛乳 保育乳 スキムミルク	米 バター 小麦粉 パン粉 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 バター ココア	玉ねぎ ピーマン にんにく 人参 グリーンピース パプリカ きゅうり コーン 果物 レーズン
26日(火)	あわご飯 麻婆豆腐 中華サラダ 春雨スープ 果物	保育乳 チーズスティックパン	豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ わかめ 粉チーズ 保育乳	米 もちきび ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 ごま バター ケーキミックス	椎茸 人参 玉ねぎ たけのこ にら にんにく 生姜 キャベツ ほうれん草 パプリカ 果物
27日(水)	玄米ご飯 れんこん入り鶏つくね 青菜と糸こんにゃくソテー もずくすまし汁 果物	保育乳 ごまちんすこう	鶏ミンチ 豆腐 ツナ もずく 卵 保育乳 スキムミルク	米 玄米 パン粉 砂糖 片栗粉 ごま こんにゃく 油 小麦粉 ラード	玉ねぎ れんこん 生姜 ちんげん菜 人参 ねぎ 果物
28日(木)	年越しそば 青菜の納豆和え さつま芋のごま煮 果物	野菜いなり	豚三枚肉 かまぼこ 納豆 のり 油揚げ	沖縄そば 砂糖 さつま芋 ごま 米 ごま油	ねぎ 小松菜 人参 果物 ほうれん草
29日(金) ~ 31日(日)	年末休み				

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ※アレルギー対応は医師の診断書に基づき実施しております。
 ※玄米ご飯の日は未満児から2歳児クラスは白米です。

