

2023年 12月 献立表【幼児食】

* 補食(18:30のおやつ)…野菜ジュース・おせんべい・クッキー・パン・ゼリー

しののめ会 聖星保育園

日付	曜日	朝おやつ		主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	午後おやつ
		乳児	幼児							
1	金	バナナ 豆乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれのいの煮つけ (かれい、酒、しょう油、みりん、砂糖、しょうが)	大根のそぼろがけ (大根、小松菜、鶏ひき肉、みそ、酒、砂糖)	たらこスパゲティーサラダ (スパゲティー、たらこ、玉ねぎ、きゅうり、にんじん、酢、油、マヨネーズ、スキムミルク)	すまし汁 (里芋、長ねぎ、しょう油、塩)		ハムロールパン、牛乳
2	土	せんべい 牛乳	麦茶	ハヤシライス (米、豚肩肉、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト缶、酒、にんにく、ハヤシルー、ケチャップ、中濃ソース、スキムミルク、砂糖、しょう油)			フレンチサラダ (サニーレタス、水菜、コーン缶、酢、砂糖、オリーブ油、塩)		柿	ジャムクッキー、牛乳 <small>(小麦粉、バター、砂糖、塩、片栗粉、バニラエッセンス、いちごジャム、ブルーベリージャム、マーマレードジャム)</small>
4	月	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さけのみそ焼き (さけ、酒、みそ、みりん、砂糖、しょうが)	鶏肉と根菜の煮物 (鶏もも肉、ごぼう、にんじん、みつ菜、しょう油、砂糖、削り節)	焼きかぶの梅ドレッシングがけ (かぶ、かぶの葉、梅干し、酢、砂糖、にんにく、昆布茶、オリーブ油、しょう油、塩)	すまし汁 (もやし、にら、しょう油、塩)		焼き芋、牛乳 (さつま芋)
5	火	プルーン 牛乳	麦茶	天井(ささみの天ぷら、野菜のかき揚げ) (米、鶏ささみ、まいたけ、玉ねぎ、にんじん、揚げ玉、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、油、しょう油、砂糖、みりん、削り節)			きゅうりのみぞれ和え (きゅうり、大根、酢、砂糖、塩)	豆乳みそ汁 (かぼちゃ、水菜、豆乳、みそ)		クリームパン、牛乳
6	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かじきとじゃが芋の炒め物 (かじき、酒、油、玉ねぎ、じゃが芋、にんにく、コンソメ、しょう油、バター)	ブロッコリーのコーンクリーム煮 (ブロッコリー、コーンクリーム缶、牛乳、鶏がら、片栗粉)	白菜のおかか和え (白菜、もやし、にんじん、削り節、しょう油、砂糖)	スープ (小松菜、カリフラワー、コンソメ)		えびピラフ、牛乳 <small>(米、えび、玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、にんにく、コンソメ、粉チーズ、オリーブ油)</small>
7	木	ウエハース 野菜ジュース	麦茶	ひじきのふりかけごはん <small>(精白米、胚芽米、ひじき、ごま、砂糖、みりん、しょう油、削り節)</small>	ケチャップチキン (鶏もも肉、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、しょう油、砂糖、オイスターソース、カレー粉、バター、パセリ粉)	かぶの和風グリル (かぶ、ベーコン、塩昆布、にんにく、オリーブ油)	マカロニサラダ、千切りキャベツ (マカロニ、きゅうり、にんじん、卵不使用マヨネーズ、スキムミルク、酢、油、塩)(キャベツ)	みそ汁 (大根、かぶの葉、さつま芋、みそ)	ピーチゼリー (カルピス、黄桃缶、寒天粉)	クランブルチーズケーキ、牛乳 <small>(クリームチーズ、バター、クリーム、グラニュー糖、卵、生クリーム、パセリ、生、バニラエッセンス、レモン汁、粉チーズ、ピザケツ、砂糖)</small>
8	金	干し芋 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ぶりの幽庵焼き (ぶり、酒、ゆず、しょう油、砂糖、みりん)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、しょう油、みりん、砂糖、油)	ほうれん草の白和え (ほうれん草、もやし、突きこんにやく、木綿豆腐、すりごま、しょう油、砂糖)	みそ汁 (玉ねぎ、しめじ、みそ)		カレーパン、牛乳
9	土	クラッカー 牛乳	麦茶	焼きうどん (うどん、豚肩肉、キャベツ、もやし、玉ねぎ、にんじん、中濃ソース、鶏がら、油、青のり)			小松菜の中華和え (小松菜、えのき、中華あじ、しょう油)		オレンジ	ゆかりごまおにぎり、牛乳 (米、ゆかり、ごま、のり)
11	月	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばの塩焼き (さば、酒、酢、塩)	じゃが芋のガレット (じゃが芋、片栗粉、コンソメ、油、ケチャップ)	にんじンドレッシングサラダ (レタス、きゅうり、にんじん、玉ねぎ、セロリ、酢、砂糖、コンソメ、油、みそ)	スープ (チンゲン菜、きくらげ、鶏がら)		黒糖みそまんじゅう、牛乳 <small>(小麦粉、黒糖、みそ、しょう油、油、重曹、つぶあん)</small>
12	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	蒸し豚(ごまみそだれ、なめたけポン酢だれ) (豚肩ロース肉、酒、にんにく、しょうが、すりごま、練りごま、酢、砂糖、しょう油、みそ、なめたけ、ポン酢)	ブロッコリーのカレーフリッター (ブロッコリー、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、カレー粉、コンソメ、油)	白菜の塩昆布ナムル (白菜、もやし、塩昆布、鶏がら)	すまし汁 (高野豆腐、みつ菜、しょう油、塩)		キャラメルブレッド、牛乳
13	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	茶めし (精白米、胚芽米、しょう油、酒)	おでん (卵、ちくわ、さつま揚げ、厚揚げ、大根、昆布、車麩、白だし、しょう油、酒、みりん、砂糖)				りんご	ピピンバごはん、牛乳 <small>(米、豚ひき肉、小松菜、にんじん、鶏がら、みそ、オイスターソース、しょう油、にんにく、しょうが)</small>
14	木	プルーン 牛乳	麦茶	トマトクリームスパゲティー (スパゲティー、豚肩肉、ベーコン、玉ねぎ、マッシュルーム、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、しょう油、スキムミルク、生クリーム、粉チーズ、にんにく、オリーブ油)			きゅうりの甘酢漬け (きゅうり、塩、酢、砂糖、しょう油、ごま)		いちごミルクゼリー (牛乳、いちごジャム、砂糖、寒天粉)	さけおにぎり、牛乳 (米、さけフレーク、小ねぎ、のり)
15	金	ミレービスケット 牛乳	麦茶	にんじんピラフ (米、にんじん、コンソメ、バター)	唐揚げ (鶏もも肉、しょう油、酒、にんにく、しょうが、片栗粉、油)	ローストポテト (じゃが芋、油、塩)	ブロッコリーのサラダ (ブロッコリー、コーン缶、にんじん、卵不使用マヨネーズ、塩)	ミルクスープ (カリフラワー、玉ねぎ、牛乳、コンソメ、パセリ粉)	みかん	雪だるまパン(ミルククリーム)、牛乳
16	土	クラッカー 牛乳	麦茶	ツナごはん (米、ツナ缶、酒、しょう油、砂糖、揚げ玉、のり)			かぼちゃのミルク煮 (かぼちゃ、玉ねぎ、牛乳、鶏がら、片栗粉)	小松菜の梅和え (小松菜、にんじん、梅干し、しょう油、砂糖)	みそ汁 (切干大根、キャベツ、みそ)	きな粉ラスク、牛乳 <small>(コッペパン、バター、きな粉、砂糖、スキムミルク、塩)</small>
18	月	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	焼き豚 (豚肩ロース肉、酒、しょう油、砂糖、にんにく、しょうが、ごま油、オイスターソース)	キャベツとにらの炒め物 (キャベツ、にら、にんじん、ちくわ、鶏がら、油)	かぶの浅漬け (かぶ、かぶの葉、塩、昆布茶、しょうが)	スープ (わかめ、長ねぎ、鶏がら)		みそ野菜うどん、牛乳 <small>(うどん、鶏もも肉、厚揚げ、白菜、にんじん、玉ねぎ、みそ、赤みそ)</small>
19	火	プルーン 豆乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さけのムニエル (さけ、酒、小麦粉、コンソメ、塩、バター、パセリ粉)	白菜の煮浸し (白菜、油揚げ、しょう油、砂糖)	コロコロサラダ (大豆、きゅうり、コーン缶、にんじん、マヨネーズ、スキムミルク、塩)	スープ (ブロッコリー、かぼちゃ、コンソメ)		ウインナーパン、牛乳
20	水	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	牛肉あんかけ卵焼き (卵、にら、牛肩肉、玉ねぎ、しょうが、酒、みりん、しょう油、砂糖、片栗粉)	里芋のごまみそ煮 (里芋、みそ、みりん、砂糖、すりごま)	切り昆布のはりはり漬け (切り昆布、もやし、にんじん、酢、砂糖、しょう油、ごま油)	すまし汁 (しめじ、小松菜、しょう油、塩)		バナナスコーン、牛乳 <small>(小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、塩、バター、バナナ、牛乳、メープルシロップ)</small>
21	木	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	えびカツ (はんぺん、えび、鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、コンソメ、にんにく、パン粉、油、中濃ソース、ケチャップ、マヨネーズ)	大根の洋風煮 (大根、にんじん、コーン缶、コンソメ)	チキンサラダ (レタス、鶏ささみ、チーズ、オリーブ油、塩、バジル粉)	みそ汁 (ごぼう、ほうれん草、みそ)		さつま芋と栗のおこわ、牛乳 (米、もち米、さつま芋、栗の甘露煮、酒、ごま、塩)
22	金	クラッカー 牛乳	野菜ジュース	シチュー (米、鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、シチュールー、牛乳、鶏がら、油)			ゆでブロッコリー (ブロッコリー)		りんご	かぼちゃあんパン、ゆずみつホットドリンク (ゆず、ゆず果汁、はちみつ)
23	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	和風スパゲティー (スパゲティー、豚肩肉、キャベツ、長ねぎ、えのき、鶏がら、オイスターソース、麵つゆ、バター、にんにく、のり)				スープ (トマト、レタス、コンソメ)	グレープフルーツ	ひじきおにぎり、牛乳 (米、ひじき、高野豆腐、にんじん、しょう油、砂糖)
25	月	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ハンバーグ (牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、牛乳、絹ごし豆腐、コンソメ、デミグラスソース缶、ケチャップ、しょう油、砂糖)	青のりポテト (じゃが芋、青のり、塩)	白菜とりんごのサラダ (白菜、りんご、酢、砂糖、塩、油)	コーンスープ (クリームコーン缶、コーン缶、牛乳、コンソメ)		ココアカップケーキ、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、ココアパウダー、砂糖、牛乳、バター、生クリーム、トッピングシュガー)</small>
26	火	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ぶり大根 (ぶり、大根、酒、しょう油、みりん、砂糖、しょうが)	鶏レバーの甘辛みそだれ (鶏レバー、酒、しょうが、にんにく、みそ、砂糖、みりん)	チンゲン菜のポン酢和え (チンゲン菜、もやし、にんじん、ポン酢、砂糖、削り節)	スープ (春巻、わかめ、鶏がら)		セサミブレッド、缶入りソフトパン(非常食)、牛乳 <small>(缶入りソフトパン、いちごジャム、りんごジャム、ブルーベリージャム)</small>
27	水	バナナ 豆乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	じゃが芋のクリームグラタン (じゃが芋、ハム、かにかまぼこ、玉ねぎ、ホワイトソース缶、牛乳、スキムミルク、コンソメ、チーズ、パン粉)	ほうれん草のソテー (ほうれん草、コーン缶、バター、コンソメ)	切干大根のツナマヨサラダ (切干大根、ツナ缶、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、スキムミルク、塩)	みそ汁 (白菜、にら、みそ)		鶏そぼろごはん、牛乳 (米、鶏ひき肉、卵、酒、みりん、砂糖、しょう油、塩、のり)
28	木	干し芋 牛乳	麦茶	ドライカレー (米、ターメリック粉、パセリ粉、豚ひき肉、大豆、ヨーグルト、玉ねぎ、にんじん、トマト缶、マッシュルーム、ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、はちみつ、カレー粉、しょう油、にんにく、しょうが、バター)			かぶのレモンマリネ (かぶ、レモン、酢、砂糖、塩)	スープ (水菜、かぶの葉、小ねぎ、鶏がら)		焼きりんご、ウエハース、牛乳 (りんご、グラニュー糖、バター、ヨーグルト、練乳)(カル鉄ウエハース)
29	金	冬休み								
30	土									
31	日									

7日(木)12月誕生会 14日(木)クリスマス礼拝 15日(金)クリスマス祝会 22日(金)シチュークッキング
【旬の食材】かぶ、里芋、小松菜、ほうれん草、大根、白菜、ぶり、みかん、りんご…など