



# 12月献立表



## ★カミカミメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1	日					
2	月	牛乳	ごはん ★鶏肉のごま味噌焼き ミックスおひたし 豆腐のすまし汁 りんご	米 鶏肉、味噌、みりん、砂糖、マヨドレ、ごま 白菜、春菊、人参、もやし、なめたけ、醤油、餡節 玉ねぎ、豆腐、えのき、細ねぎ、醤油、塩、餡節 りんご	お茶 牛乳 ジャム サンド	
3	火	牛乳	豚丼 パンサンスー さつま芋スティック 長ねぎの味噌スープ バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、砂糖、みりん、餡節、片栗粉 春雨、キャベツ、人参、きゅうり、かにかま、酢、砂糖、醤油、ごま油、ごま さつま芋、塩、油 長ねぎ、わかめ、厚揚げ、味噌、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳 マシュマロ、コーンフレーク おこし	
4	水	牛乳	黒糖パン おからミートボール キャベツとコーンサラダ 冬野菜ポトフ みかん	黒糖パン 豚ミンチ、玉ねぎ、おからパウダー、パン粉、塩、ケチャップ、ソース、油 キャベツ、人参、もやし、パプリカ、豆苗、コーン、マヨドレ かぶ、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、醤油、コンソメ、塩 みかん	お茶 牛乳 さけ おにぎり	
5	木	牛乳	麦ごはん さばの香味焼き マカロニサラダ けんちん汁 オレンジ	米、押麦 さば、長ねぎ、生姜、にんにく、醤油、みりん、ごま油 マカロニ、豆苗、キャベツ、ツナ、人参、コーン、マヨドレ、塩 鶏肉、大根、里芋、人参、ごぼう、細ねぎ、醤油、みりん、塩、餡節 オレンジ	お茶 牛乳 スイート 餃子	
6	金	牛乳	ごはん 卵焼き キャベツのさっぱり和え 赤だし 野菜クラッカー キウイフルーツ	米 卵、鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、中華味、みりん、醤油、牛乳、油 キャベツ、人参、コーン、きゅうり、酢、醤油、砂糖、餡節 玉ねぎ、わかめ、豆腐、細ねぎ、煮干し、赤味噌 キウイフルーツ	お茶 牛乳 ★リボン かりんとう	
7	土	牛乳	おにぎり ハッピーターン	米、ゆかり 鶏肉、人参、玉ねぎ、白菜、さつま芋、細ねぎ、味噌、餡節 オレンジ	お茶 せんべい	
8	日					
9	月	牛乳	ごはん ★さくさくお魚フライ 納豆和え 大根の味噌汁 グレープフルーツ	米 パトウ、小麦粉、パン粉、塩、油、中農ソース 納豆、白菜、豆苗、もやし、人参、醤油、マヨドレ、餡節 大根、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し グレープフルーツ	お茶 牛乳 さつま芋、砂糖 牛乳、片栗粉 大学芋餅、醤油、みりん、黒ごま	
10	火	牛乳	バターロールパン ポークシチュー コールスローサラダ のり塩ポテト りんご	バターロールパン 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ブロッコリー、シチュールウ キャベツ、人参、豆苗、コーン、酢、醤油、砂糖、油、パセリ じゃが芋、塩、青のり、油 りんご	お茶 牛乳 小松菜 おにぎり	
11	水	牛乳	弁当の日 どうぶつ ビスケット		お茶 牛乳 ドーナツ	
12	木	牛乳	わかめごはん 豚肉の炒め煮 かぼちゃサラダ 麸のすまし汁 みかん	米、ぶりかけわかめ 豚肉、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、にんにく、醤油、みりん、ケチャップ、ごま かぼちゃ、きゅうり、人参、かにかま、マヨドレ、塩 玉ねぎ、麸、エリンギ、細ねぎ、餡節、醤油、塩 みかん	お茶 牛乳 ホットケーキミックス ★ポンデ ケージョ	
13	金	牛乳	ジャージャー麺 ツナサラダ ガーリック里芋 バナナ	中華麺、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、干し椎茸、細ねぎ、赤味噌、片栗粉、中華味、ごま油 キャベツ、ツナ、人参、チンゲン菜、醤油、酢、砂糖 里芋、片栗粉、コンソメ、ガーリックパウダー、塩、油 バナナ	お茶 牛乳 きな粉 おはぎ	

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	材料名
14	土	牛乳	ごはん 肉野菜炒め すまし汁 せんべい オレンジ	米 豚肉、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、人参、焼き肉のたれ 玉ねぎ、わかめ、えのき、豆苗、醤油、塩、餡節 オレンジ	お茶 ポン菓子
15	日				
16	月	牛乳	ロールパン チキンピーンズ 揚げかぼちゃ かぼちゃ チップスサラダ キウイフルーツ	ロールパン 鶏肉、大豆、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト缶、ケチャップ、砂糖、コンソメ かぼちゃ、パン粉、小麦粉、油、塩、パセリ キャベツ、人参、きゅうり、ポテトチップス、酢、醤油、砂糖 キウイフルーツ	お茶 牛乳 中華風 雑炊
17	火	牛乳	ビビンバ丼 ★れんこんサラダ 白菜と豆腐のスープ チーズ バナナ	米、豚肉、人参、ほうれん草、もやし、生姜、味噌、みりん、醤油、ごま油 ひじき、蓮根、豆苗、人参、かにかま、醤油、砂糖、マヨドレ 白菜、玉ねぎ、豆腐、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳 ピザ トースト ツナ、チーズ、ケチャップ
18	水	牛乳 ピスコ	誕生会	♪お楽しみメニュー	♪
19	木	牛乳	麦ごはん はんぺんチーズフライ 大根サラダ ふかし芋 じじみ汁 りんご	米、押麦 はんぺん、チーズ、小麦粉、パン粉、油、ソース 大根、人参、きゅうり、もやし、青じそドレッシング じじみ、細ねぎ、煮干し、味噌 りんご	お茶 牛乳 マーブル クッキー
20	金	牛乳	ごはん さわらの西京焼き 白菜のゆず和え かぼちゃの味噌汁 みかん	米 さわら、味噌、マヨドレ、みりん 白菜、人参、もやし、小松菜、ささみ、ゆず、醤油、酢、砂糖 かぼちゃ、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し みかん	お茶 牛乳 ★野菜の あまから揚げ油
21	土	牛乳	カレーライス 野菜スティック バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、カレールウ 大根、人参、マヨドレ、ケチャップ バナナ	お茶 せんべい
22	日				
23	月	牛乳	中華丼 さつま芋とごぼうサラダ ごま スティック オレンジ	米、豚肉、玉ねぎ、白菜、人参、にら、醤油、中華味、ごま油、片栗粉 さつま芋、ごぼう、人参、水菜、醤油、砂糖、ごま、マヨドレ わかめ、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、中華味、醤油、鶏ガラ オレンジ	お茶 牛乳 ★ごま せんべい
24	火	牛乳	五穀米 さけの塩麹焼き 白菜のマヨごま和え 豚汁 キウイフルーツ	米、五穀米 さけ、塩麹 白菜、人参、もやし、小松菜、醤油、マヨドレ、練りごま 豚肉、玉ねぎ、大根、人参、さつま芋、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 じゃが芋 チーズ おやき
25	水	牛乳 クッキー	クリスマス会	☆クリスマスマニューア	☆ お楽しみメニュー
26	木	牛乳	ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 大根のゆかり和え 玉ねぎのすまし汁 りんご	米 豚肉、ごぼう、人参、白菜、玉ねぎ、生姜、醤油、砂糖、みりん、ごま 大根、人参、きゅうり、ゆかり、ごま 玉ねぎ、豆腐、しめじ、細ねぎ、餡節、醤油、塩 りんご	お茶 牛乳 コーン フレーク スコーン
27	金	牛乳	年越しうどん ★まさご揚げ キャベツサラダ ねじりん棒 バナナ	うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、わかめ、細ねぎ、醤油、みりん、餡節、塩 鶏ミンチ、玉ねぎ、豆腐、片栗粉、青のり、醤油、砂糖、塩、油 キャベツ、人参、小松菜、もやし、ツナ、マヨドレ、ごま バナナ	お茶 牛乳 のりチーズ おにぎり
28	土	牛乳	チャーハン 春雨スープ せんべい オレンジ	米、焼豚、玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、中華味、ごま油 玉ねぎ、しめじ、豆苗、春雨、醤油、中華味 オレンジ	お茶 ラスク
29	日		年末休所		
30	月		年末休所		
31	火		年末休所		

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。  
※牛乳 3歳未満児／午前・午後 3歳以上児／午前のみ

