

2024年度 12月 給食予定献立表

2024年12月

つくし保育園

| 曜日 | 日付 | 献立名 | 主な材料名 (○は午後おやつ材料) | | | おやつ (○は10:00-18:30, ○は15:00) | |
|----|----|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | | |
| 月 | 2 | きんぴらどぼろ丼 きゅうりともやしの酢の物 白菜と厚揚げのみそ汁 | 米、三温糖、ごま油、○小麦粉、○油、○きび糖 | 鶏肉、生揚げ、○豆乳 | にんじん、ほくさい、もやし、きゅうり、ごぼう、えのきたけ、わかめ、○バナナ | ○クラッカー ○豆乳バナナマフィン ○麦茶 | |
| | 16 | お弁当給食 | | | | ○せんべい ○マドレーヌ、○麦茶 | |
| 火 | 3 | 17 | ほうれん草カレーライス 豆腐とひじきのサラダ マカロニスーフ | 米、マカロニ、三温糖、オリーブ油、○三温糖 | 鶏肉、豆腐、生クリーム、牛乳、無塩せきベーコン、○牛乳 | たまねぎ、ほうれんそう、トマト、キャベツ、にんじん、フロッコリー、○ゆず、○粉かんでん | ○せんべい ○ゆず寒天 ○牛乳 |
| 水 | 4 | 18 | かぼちゃほうとう れんこんのきんぴら 白身魚と豆腐のしんじょ | ほうとう、片栗粉、油、三温糖、ごま油、○食パン、○バター、○きび糖 | 豚肉、油揚げ、たろ、卵、○豆乳、○卵 | れんこん、にんじん、ほくさい、かぼちゃ、ごぼう、ねぎ、ピーマン、しめじ、たまねぎ、しいたけ、いんげん | ○カルシウムせんべい ○フレンチトースト ○麦茶 |
| 木 | 5 | 19 | 食パン サーモンチーズフライ 蒸し野菜サラダ きのこのスープ | 食パン、さつまいも、油、パン粉、小麦粉、(5日)○米、○ごま(19日)○バター、○小麦粉、○砂糖 | さけ、チーズ、卵(19日)○生クリーム、○卵 | キャベツ、にんじん、えのきたけ、フロッコリー、たまねぎ、しめじ、さやえんどう、レモン(5日)○わかめ(19日)○みかん缶、○もも缶、○バナナ | ○クラッカー (5日) ○わかめおにぎり、○麦茶 (19日) ○お誕生日ケーキ、○麦茶 |
| 金 | 6 | 20 | ごはん かれのいのもろみ焼き 小松菜と厚揚げの煮浸し けんちん汁 | 米、三温糖、ごま油、○小麦粉、○きび糖、○バター、○練乳 | かれい、豆腐、厚揚げ、○卵、○牛乳 | ごまつな、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ | ○ごまスティック ○甘食 ○牛乳 |
| 月 | 9 | 23 | 炒り豆腐丼 ほうれん草のしらすあえ 大根と油揚げのみそ汁 | 米、ごま油、三温糖、○小麦粉、○きび糖、○油 | 豆腐、しらす干し、油揚げ、ちくわ、○練乳、○牛乳、○卵 | ほうれんそう、だいこん、にんじん、たまねぎ、万能ねぎ、干しいたけ | ○ごまスティック ○マーラーカオ ○麦茶 |
| 火 | 10 | 24 | ハヤシライス 青のり粉ふき芋 はるさめ五目スープ | じゃがいも、米、はるさめ、油、○三温糖 | 牛肉、○牛乳、○卵、○ゼラチン | たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、コーン、チンゲンサイ、えのきたけ、あおのり | ○せんべい ○カスタードプリン ○麦茶 |
| 水 | 11 | | スパゲッティナポリタン フロッコリーとコーンのサラダ 押し麦とキャベツのスーフ | スパゲティ、押麦、バター、油、三温糖、○食パン | 無塩せきウインナー、○牛乳 | キャベツ、たまねぎ、ピーマン、しめじ、フロッコリー、コーン、にんじん、えのきたけ、○レモンジャム | ○カルシウムせんべい ○レモンジャムサンド ○牛乳 |
| | 25 | | (クリスマス会食) リースピラフ ハニースパイシーチキン お星さまコロッケ フロッコリーの三色サラダ | じゃがいも、米、油、小麦粉、パン粉、はちみつ、片栗粉、○食パン | 鶏肉、豚肉、卵、○牛乳 | たまねぎ、フロッコリー、にんじん、コーン、にんにく、○レモンジャム | |
| 木 | 12 | 26 | かじきのカレーソテー コールスローサラダ コーンポタージュ | 油、片栗粉、小麦粉、マヨドレ、○米 | 豆乳、かじき | キャベツ、コーン、たまねぎ、にんじん | ○クラッカー ○ゆかりおにぎり ○麦茶 |
| 金 | 13 | 27 | ごはん 肉じゃが いんげんのごま和え かき玉汁 | 米、じゃがいも、ごま、三温糖、片栗粉、油、○小麦粉、○きび糖、○油 | 豚肉、卵、○ヨーグルト、○卵 | たまねぎ、いんげん、にんじん、チンゲンサイ、○みかん、○レモン | ○ごまスティック ○みかんヨーグルトケーキ ○麦茶 |

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しください。