

令和6年度

12月給食献立表(2才児)

社会福祉法人 顕陽会 すみだこども園

日付	献立名	使用材料3色食品表			午前 おやつ	全児 おやつ
		赤 (血・肉・骨・歯のもと)	黄 (力や体温のもと)	緑 (からだの調子をととのえる)		
2(月)	ごはん 春菊とさくらえびのかき揚げ ブロッコリーのおかか和え 豚汁	さくらえび 大豆水煮 卵 かつお節 豚肉 豆腐 味噌	米 油 小麦粉 砂糖 里芋 こんにやく	春菊 たまねぎ にんじん ブロッコリー コーン 大根 ごぼう 葱	牛乳	牛乳 サブレ 棒チーズ
3(火)	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの味噌汁	鶏肉 ちくわ 厚揚げ 味噌	米 砂糖 ごま こんにやく	生姜 にんにく ほうれんそう はくさい にんじん コーン かぼちゃ たまねぎ 葱	牛乳	牛乳 クリームパン
4(水)	ごはん 鮭の西京焼き ひじきの炒り煮 麩のすまし汁	鮭 味噌 油あげ 大豆水煮	米 砂糖 マヨネーズ ごま じゃがいも 油 麩	ひじき にんじん いんげん ぶなしめじ 若布 たまねぎ こまつな	牛乳	牛乳 スティックパイ
5(木)	コーンラーメン コールスローサラダ 果物	豚肉 卵 ハム	中華麺 マヨネーズ	にんじん チンゲンサイ コーン 若布 葱 キャベツ きゅうり パナナ	牛乳	牛乳 五平餅
6(金)	かやくごはん 田舎煮 豆腐のすまし汁	鶏肉 油あげ 豚肉 豆腐	米 こんにやく 砂糖 里芋 油	干し椎茸 グリンピース ごぼう れんこん 大根 にんじん 若布 こまつな はくさい	牛乳	牛乳 せんべい りんご
7(土)	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 さつま芋の味噌汁 果物	厚揚げ 豚ミンチ肉 油あげ 味噌	米 砂糖 かたくり粉 さつまいも	たまねぎ にんじん いんげん 若布 こまつな パナナ	牛乳	牛乳 いらこ カルシウムせんべい
9(月)	やきめし ポテトサラダ 厚揚げの味噌汁	豚ミンチ肉 卵 むきえび ハム スキムミルク 厚揚げ 味噌	米 油 じゃがいも マヨネーズ 麩	たまねぎ にんじん ピーマン きゅうり コーン 大根 こまつな 若布	牛乳	牛乳 ビスケット おやつ昆布
10(火)	ごはん 千草焼 五目きんぴら かぶの味噌汁	卵 ちりめんじゃこ 絹ごし豆腐 豚肉 味噌	米 油 砂糖 こんにやく ごま	にんじん たまねぎ ピーマン ごぼう グリンピース かぶ かぶ・葉 若布	牛乳	フルーツヨーグルト 豆乳ウエハース
11(水)	パン チキンカツ ドレッシングサラダ 卵スープ	鶏肉 卵	ロールパン 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ 砂糖 じゃがいも	ブロッコリー はくさい にんじん りんご たまねぎ 水菜 若布	牛乳	牛乳 おかかおにぎり
12(木)	ごはん 魚のおろし煮 ほうれん草の白和え 麩のすまし汁	鯖 絹ごし豆腐 味噌 蒲鉾 卵	米 砂糖 こんにやく ごま 麩	生姜 大根 ほうれんそう にんじん 若布 はくさい たまねぎ	牛乳	牛乳 人参ケーキ
13(金)	ごはん 豚じゃがが煮 和え物 若布の味噌汁	豚肉 ハム 油あげ 味噌	米 じゃがいも 糸こんにやく 砂糖 油 ごま 麩	たまねぎ にんじん グリンピース ひじき キャベツ 若布 大根 チンゲンサイ	牛乳	牛乳 せんべい りんご
14(土)	ごはん 白身魚の照り焼き じゃが芋の炒め煮 もやしの味噌汁	白身魚 豚ミンチ肉 厚揚げ 味噌	米 砂糖 じゃがいも 油 かたくり粉	にんじん たまねぎ グリンピース もやし チンゲンサイ 若布	牛乳	牛乳 サブレ バナナ
16(月)	中華丼 じゃが芋の土佐和え 白菜の味噌汁	豚肉 いか むきえび かつお節 厚揚げ 味噌	米 油 砂糖 かたくり粉 ごま油 じゃがいも	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ 干し椎茸 はくさい 大根 若布	牛乳	牛乳 メープルスコーン
17(火)	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き キャベツと大豆のサラダ 麩のすまし汁	鶏肉 味噌 大豆水煮 豆腐	米 砂糖 ごま 油 麩	キャベツ にんじん きゅうり パイン缶 こまつな たまねぎ 若布	牛乳	牛乳 肉まん
18(水)	ごはん 回鍋肉 三色和え かきたま汁	豚肉 味噌 ハム 卵 厚揚げ	米 油 砂糖 ごま じゃがいも かたくり粉	にんじん キャベツ ピーマン 生しいたけ ほうれんそう もやし たまねぎ 若布	牛乳	牛乳 アップルポテト
19(木)	パンバイキング ハンバーグ マカロニサラダ キラキラスープ	合い挽ミンチ肉 卵 牛乳 蒲鉾	ロールパン 菓子パン・もんパン 菓子パン・ デニッシュ・パストリー パン粉 ケチャップ マカロニ マヨネーズ さつまいも	たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン グリンピース にんじん きゅうり コーン チンゲンサイ	牛乳	牛乳 せんべい みかん
20(金)	ごはん 白身魚のあんかけ かぼちゃのそぼろ煮 小松菜の味噌汁	白身魚 鶏ミンチ肉 豆腐 味噌	米 かたくり粉 油 砂糖 麩	たまねぎ にんじん えのき グリンピース かぼちゃ こまつな 若布	牛乳	牛乳 芋けんぴ いらこ
21(土)	チキンライス チンゲンサイと卵のスープ 果物	鶏肉 卵 厚揚げ	米 油 ケチャップ バター かたくり粉	たまねぎ にんじん グリンピース チンゲンサイ 若布 パナナ	牛乳	牛乳 クラッカー 棒ゼリー
23(月)	木の葉丼 小松菜のごま和え じゃが芋の味噌汁	卵 油あげ ハム 味噌	米 油 砂糖 かたくり粉 ごま じゃがいも 麩	たまねぎ にんじん 葱 干し椎茸 こまつな もやし 若布 はくさい	牛乳	飲むヨーグルト いちごサンタ
24(火)	ごはん すき焼き風煮 さつま芋の天ぷら 大根の味噌汁	豚肉 なたと 卵 豆腐 味噌	米 糸こんにやく 砂糖 さつまいも 小麦粉 油	たまねぎ はくさい にんじん 葱 大根 若布 こまつな	牛乳	牛乳 豆腐だんご
25(水)	ごはん 筑前煮 春雨サラダ 豆腐の味噌汁	鶏肉 ちくわ 豆腐 味噌	米 こんにやく 砂糖 はるさめ ごま	れんこん ごぼう にんじん たけのこ いんげん きゅうり もやし はくさい チンゲンサイ 若布	牛乳	牛乳 バームクーヘン
26(木)	ごはん 白身魚のパン粉焼き 卵サラダ 青菜の味噌汁	ホキ 卵 豆腐 味噌	米 パン粉 オリーブ油 マヨネーズ 麩	純カレー パセリ ブロッコリー キャベツ にんじん コーン こまつな たまねぎ 若布	牛乳	牛乳 セサミトースト
27(金)	カレーうどん ツナサラダ カットフルーツ	牛肉 油あげ ツナ缶	うどん 油 カレールウ ごま 砂糖	たまねぎ にんじん 生しいたけ 葱 キャベツ もやし パイン缶 みかん缶	牛乳	牛乳 せんべい 棒チーズ

* 味噌汁・すまし汁・スープ・煮物には、昆布と混合削り節、鶏ガラ天然だしを使用しています。

* 都合により、献立、食品名が異なる事があります。