

令和6年12月 献立表



長栄保育園

★印はマヨネーズ使用です

日	曜日	献立名	主食	材料名			おやつ	
				熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	乳児 (午前)	乳幼児 (午後)
2	月	魚の甘酢あんかけ わかめスープ	ミルクロール	小麦粉 かたくり粉 さとう油 白ごま	白身魚 生わかめ	赤ピーマン たまねぎ たけのこ グリンピース(冷) えのきだけにんじん チンゲンサイ もやし	牛乳 ばかりけ(青のり)	牛乳 たべっとうぶつ
3	火	冬野菜のなかよし煮 みそ汁	ごはん	さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 削り節	にんじん ごぼう れんこん グリンピース(冷) 干し椎茸 だいこん 葉ねぎ	牛乳 ハッピーターン	牛乳 ビザ風蒸しパン
4	水	かぼちゃのそぼろ煮 みそけんちん汁	ごはん	油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 削り節 豆腐 油揚げ	しょうが かぼちゃ たまねぎ グリンピース(冷) だいこん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ にんじん	牛乳 きなこ餅	牛乳 ふるさとポン菓子
5	木	鶏肉と野菜のカレースープ煮 れんこんサラダ★ 味付け煮干	ロールパン	油 じゃがいも	鶏もも肉 ちくわ 味付け煮干	にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ コーン缶 れんこん	お茶 ぱりんこ	牛乳 シスコーン
6	金	みそ煮おでん 大豆と小魚のごまからめ	ごはん	さといも 板こんにゃく 油 さとう かたくり粉 白ごま	生揚げ ちくわ 削り節 大豆(水煮) たつぐり	だいこん にんじん	牛乳 田舎花あられ	みかん ウエハース
7	土	長栄保育園お遊戯会						
9	月	煮魚 合わせみそ汁 チーズ	ごはん	さとう 板こんにゃく	さかな 油揚げ 生わかめ 削り節 チーズ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん 葉ねぎ	牛乳 満月ボン	りんご (あか・は牛乳) アスパラガスビスケット
10	火	マー婆一豆腐 ごまあえ	ごはん	油 さとう かたくり粉 ごま油 すりごま(白)	豆腐 豚ひき肉	にんにく しょうが にんじん 葉ねぎ ほれんそう もやし たまねぎ	牛乳 たべっこBABY	お茶 大学いも
11	水	豆腐ハンバーグ 野菜スープ	コッペパン	パン粉(乾) さとう 油	豆腐 鶏ひき肉 干ひじき 卵 ロースハム	たまねぎ プロッコリー キャベツ にんじん パセリ	お茶 味一かわんどう	お茶 みりん揚げ
12	木	手作りカレーライス マカロニサラダ★	麦ごはん	油 じゃがいも 小麦粉 バター さとう マカロニ	豚もも肉 ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷) キャベツ きゅり	牛乳 花三色	牛乳 源氏バイ
13	金	冬野菜のなかよし煮 みそ汁	ごはん	さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 削り節	にんじん ごぼう れんこん グリンピース(冷) 干し椎茸 だいこん 葉ねぎ	牛乳 きなこ餅	牛乳 まがせんべい
14	土	インディアンスパゲティ プリン		スパゲティ 油 プリン	合ひびき肉	にんじん 青ピーマン たまねぎ しめじ にんにく しょうが	お茶 満月ボン	
16	月	みそ煮おでん 大豆と小魚のごまからめ	ごはん	さといも 板こんにゃく 油 さとう かたくり粉 白ごま	生揚げ ちくわ 削り節 大豆(水煮) たつぐり	だいこん にんじん	牛乳 ルヴァンブライム	みかん ビスケット
17	火	ホワイトシチュー フレンチサラダ	食パン	じゃがいも 油 バター 小麦粉 さとう	鶏もも肉 牛乳 ロースハム	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり コーン缶	牛乳 満月ボン	お茶 おにぎりせんべい
18	水	混ぜごはん 白身魚の磯辺揚げ すまし汁	ごはん	糸こんにゃく 油 さとう かたくり粉 ふ 小麦粉	鶏もも肉 油揚げ 白身魚 あおり 生わかめ 削り節	にんじん 干し椎茸 プロッコリー たまねぎ だいこん みつば グリンピース(冷)	牛乳 カルシウム せんべい	お茶 ケーキ
19	木	鶏肉と野菜のカレースープ煮 れんこんサラダ★ 味付け煮干	ロールパン	油 じゃがいも	鶏もも肉 ちくわ 味付け煮干	にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ コーン缶 れんこん	お茶 味一かわんどう	お茶 チーズリゾット
20	金	かぼちゃのそぼろ煮 みそけんちん汁	ごはん	油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 削り節 豆腐 油揚げ	しょうが かぼちゃ たまねぎ グリンピース(冷) だいこん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ にんじん	牛乳 ぱりんこ	牛乳 しるこサンド
21	土	ラーメン ヨーグルト		中華めん(生) 油 ごま油	焼き豚 生わかめ ヨーグルト	にんじん もやし コーン缶 葉ねぎ	お茶 のり巻せんべい	
23	月	煮魚 合わせみそ汁 チーズ	ごはん	さとう 板こんにゃく	さかな 油揚げ 生わかめ 削り節 チーズ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん 葉ねぎ	牛乳 たべっこBABY	牛乳 ばかりけ(青のり)
24	火	肉団子と白菜のスープ煮 れんこん炒め	レーズンロール	かたくり粉 油 さとう	鶏ひき肉 ベーコン	しょうが にんじん たまねぎ しめじ れんこん コーン缶 はくさい	お茶 田舎花あられ	牛乳 フレークバー
25	水	ケチャップライス フライドチキン コンソメスープ	ごはん	油 小麦粉	ワインナー 鶏もも肉	たまねぎ にんじん 青ピーマン プロッコリー キャベツ えのきだけ コーン缶 パセリ	牛乳 花三色	牛乳 チヨボチヨボックキー
26	木	なめしごはん 年越しにゅうめん 鶏肉の照り煮	ごはん	そうめん さとう	油揚げ 削り節 鶏もも肉	ほうれんそう たまねぎ にんじん カリフラワー プロッコリー	牛乳 ルヴァンブライム	牛乳 ハッピーターン
27	金	マー婆一豆腐 ごまあえ	ごはん	油 さとう かたくり粉 ごま油 すりごま(白)	豆腐 豚ひき肉	にんにく しょうが にんじん 葉ねぎ ほれんそう もやし たまねぎ	牛乳 きなこ餅	牛乳 ぼたぼた焼き
28	土	お弁当					お茶 ぱりんこ	
30	月	年末休暇						
31	火	年末休暇						