

# 12月 給食予定献立表

2024年 青い鳥学園  
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
2	月	牛乳 サッポロポテト	ホットドック コロケパン 添え りんごジュース		お茶 鮭おにぎり	ウインナー 野菜コロケ 鮭フレーク	キャベツ ケチャップ ブロッコリー	ドッグパン・カレー粉・しょうゆ なたね油・植物油 とんかつソース・アップルジュース 米・ごま
3	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 チキン南蛮 キャベツのおかか和え わかめの味噌汁		お茶 ピーチヨーグルト	鶏肉・かつお節 揚げ 味噌 ヨーグルト	レモン果汁・ブロッコリー キャベツ・人参 わかめ・玉ねぎ 煮干し・白味噌	米・片栗粉 なたね油・しょうゆ 上白糖 エッグケア
4	水	牛乳 お野菜ビスケット	菜飯 豚汁うどん ブロッコリーのごま和え		牛乳 ホットケーキ	豚肉・揚げ 味噌 牛乳 ホイップ	菜めしの素・人参 玉ねぎ・大根 ねぎ ブロッコリー	米・うどん こんにやく・ごま しょうゆ・上白糖 ホットケーキミックス・メープルシロップ
5	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ご飯 肉豆腐 マカロニサラダ 小松菜の味噌汁		牛乳 スイートポテト	牛肉 豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 グリーンピース・コーン 小松菜 ねぎ	米・上白糖 みりん・しょうゆ マカロニ・エッグケア さつま芋・有塩バター
6	金	牛乳 マンナウエハース	☆絵本メニュー☆ かぼちゃカレー 大根サラダ みかん(乳・みかん缶・幼・みかん)		牛乳 マシュマロフレーク	豚肉 牛乳	かぼちゃ・玉ねぎ 人参・大根 パプリカ みかん缶/みかん	米・カレールー・ウスターソース カレー粉・なたね油 和風ドレッシング・マシュマロ 無塩バター・コーンフレーク
7	土	牛乳 星たべよ	鶏そぼろ丼 金平レンコン 麩の味噌汁		牛乳 マリービスケット	鶏ミンチ 揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 のり レンコン	米・上白糖・みりん しょうゆ・片栗粉・なたね油 ごま油・ごま おつゆ麩・マリービスケット
9	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 豆腐の五目炒め ひじきのマヨ和え さつま芋の味噌汁		牛乳 ちんすこう	豆腐・豚肉 ツナ 味噌 牛乳	にら・人参 玉ねぎ・ひじき インゲン ねぎ	米・ごま油・しょうゆ エッグケア・さつま芋 小麦粉・片栗粉 上白糖・なたね油
10	火	牛乳 マンナビスケット	☆お誕生日メニュー☆ ハンバーガー(乳児:丸ロール/幼児:パンS) 添え・フライドポテト ポタージュ		お茶 フルーチェ	合挽きミンチ・豆腐 牛乳 コンソメ 牛乳	玉ねぎ・ケチャップ ブロッコリー コーン パセリ	丸ロール/パンズパン・パン粉 カットポテト・植物油 コンソメスープ・クリームシチュールー フルーチェ(イチゴ)
11	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 赤魚の生煮 ほうれん草の和え物 お餅入り味噌汁(0~2歳餅なし)		お茶 おはぎ風きな粉おにぎり きな粉もち(3~5歳)	赤魚 揚げ 味噌 きな粉	しょうが・レンコン ほうれん草・人参 白米 もち 玉ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・おつゆ麩 もち 米
12	木	牛乳 たべっ子ペイビー	わかめご飯 焼きそば 焼売 豆腐のすまし汁		お茶 チヂミ	豚肉 焼売 豆腐 豚ミンチ	わかめ御飯(鮭)・キャベツ 玉ねぎ・人参 みつば・にら レモン果汁	米・焼きそば・なたね油 焼きそばソース・お好みソース しょうゆ・小麦粉 片栗粉・ごま油
13	金	牛乳 マンナウエハース	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ りんご(1歳:煮りんご角切り)		牛乳 ココア蒸しパン	牛肉 コンソメ 牛乳 豆腐	マッシュルーム・玉ねぎ 人参・トマト缶 ケチャップ・ブロッコリー コーン・りんご	米・なたね油 ハヤシライス・和風ドレッシング 小麦粉・上白糖 ココア
14	土	牛乳 星たべよ	中華丼 マロニーの中華和え 中華スープ		牛乳 源氏パイ	豚肉 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・人参・白菜 きくらげ・たけのこ 絹さや・インゲン 椎茸・ねぎ	米・なたね油・しょうゆ みりん・片栗粉 マロニー・上白糖 ごま油・源氏パイ
16	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 白身魚のごまマヨ焼き 切干大根の煮物 ほうれん草の味噌汁		牛乳 りんごのショートブレッド	ホキ 揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・インゲン 切干大根・人参 干し椎茸 ほうれん草	米・エッグケア・ごま しょうゆ・上白糖・みりん なたね油・じゃが芋・小麦粉 無塩バター・りんごジャム
17	火	牛乳 マンナビスケット	ゆかりご飯 塩ラーメン チンゲン菜のナムル オレシジ		お茶 お好み焼き	豚肉・鶏がらだし 鶏ミンチ 鶏卵 かつお節	しその香・もやし 人参・コーン チンゲン菜・オレンジ キャベツ・青のり	米・中華そば・ごま油 しょうゆ・みりん・ごま 上白糖・天かす 小麦粉・お好みソース
18	水	牛乳 お野菜ビスケット	牛丼 ほうれん草のじゃこ和え さつま揚げの味噌汁		牛乳 きな粉バナナ	牛肉・ちりめんじゃこ さつま揚げ・味噌 牛乳 きな粉	玉ねぎ・白ねぎ ほうれん草・人参 ねぎ バナナ	米 上白糖 みりん しょうゆ
19	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ご飯 ポークチャップ 小松菜のおかかマヨ和え コンソメスープ		牛乳 レモンのビスコッテヨ	豚肉・かつお節 コンソメ 牛乳 ホイップ	ケチャップ・玉ねぎ・トマト缶 アスパラ・小松菜・人参 キャベツ・パセリ レモン・レモン果汁	米・ウスターソース なたね油・エッグケア しょうゆ・ホットケーキミックス 上白糖・粉糖
20	金	牛乳 マンナウエハース	《冬至》 ご飯・白菜と豚肉の炒め煮 かぼちゃの煮物 揚げの味噌汁		牛乳 フルーツ杏仁	豚肉 揚げ 味噌 牛乳	白菜・えのき・人参 絹さや・ゆず・かぼちゃ グリーンピース・玉ねぎ・わかめ みかん缶・白味噌	米・なたね油 しょうゆ・みりん 上白糖 杏仁豆腐
21	土	牛乳 星たべよ	わかめご飯 きつねうどん ごぼうのごまサラダ		牛乳 ぼたぼた焼き	揚げ かまぼこ 牛乳	わかめ御飯(鮭)・ほうれん草 人参 ごぼう インゲン	米・うどん しょうゆ・上白糖 みりん・ごまだれ ぼたぼた焼
23	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 さわらの西京焼き 高野豆腐の煮物 けんちん汁		牛乳 さつま芋のメープルバター焼き	さわか・白味噌 高野豆腐 豆腐 牛乳	アスパラ・人参 絹さや 大根 ごぼう	米・みりん・上白糖 なたね油・しょうゆ 里芋・さつま芋 メープルシロップ・有塩バター
24	火	牛乳 マンナビスケット	☆クリスマスメニュー☆ ロールパン・鶏の唐揚げ 添え・ポテトサラダ コンソメスープ・みかん缶		牛乳 クリスマスケーキ	鶏肉・ウインナー ベーコン・コンソメ 牛乳 ホイップ	しょうが・ブロッコリー ミックスベジタブル・玉ねぎ 人参・パセリ みかん缶・いちご	ロールパン・しょうゆ・みりん・小麦粉 片栗粉・植物油・スマイルポテト・じゃが芋 エッグケア・上白糖・有塩バター ココア・グリーンティ・粉糖
25	水	牛乳 お野菜ビスケット	焼肉丼 キャベツのナムル 中華スープ		牛乳 プリン	豚肉 豆腐 鶏がらだし 牛乳	しょうが・玉ねぎ ピーマン・人参 キャベツ にら	米・しょうゆ 上白糖・ごま油 なたね油・ごま プリンミックス
26	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ご飯 肉じゃが ほうれん草とコーンのサラダ えのきの味噌汁		牛乳 ジャムマフィン	牛肉 味噌 牛乳	人参・玉ねぎ グリーンピース・ほうれん草 コーン・えのき ねぎ	米・じゃが芋・なたね油 上白糖・みりん しょうゆ・エッグケア 小麦粉・いちごジャム
27	金	牛乳 マンナウエハース	菜飯 年越しうどん ブロッコリーの和え物		牛乳 乳児:ジャムクラッカーサンド 幼児:マシュマロサンド	鶏肉 揚げ かまぼこ 牛乳	菜めしの素・わかめ 人参 玉ねぎ ブロッコリー	米・うどん しょうゆ・みりん 上白糖・ルヴァンクラッカー りんごジャム/マシュマロ
28	土	牛乳 星たべよ	ウインナーピラフ コンソメスープ		牛乳 味しらべ	ウインナー コンソメ 牛乳	玉ねぎ 人参 マッシュルーム パセリ	米 なたね油 じゃが芋 味しらべ

★今月の絵本メニューの題材は、  
「ポポくんのかぼちゃカレー」です♪

今月の平均給与栄養量					
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
乳児	528kcal	19.6g	18.9g	3.2g	1.7g
幼児	571kcal	20.2g	18.3g	4.2g	1.7g