



2023年 12月 給食献立表

リージョン瀬野辺保育園

日 曜	屋 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	午後おやつ
1 金	ご飯 擬製豆腐 もやしのごま和え 大根としめじの味噌汁 デザート	ビスケット	・豆腐・鶏ひき肉・たまご ・油揚げ・牛乳・ゆで小豆	・精白米・砂糖・ごま ・ホットケーキミックス ・油	・人参・長ねぎ・胡瓜・もやし・大根 ・しめじ・わかめ・もも缶	牛乳 小豆入り蒸しパン
2 土	ジャジャ麺 かぼちゃの小豆茶巾 豆腐のスープ デザート	セレクト	・豚挽肉・豆腐 ・ゆで小豆・牛乳・かつお節	・中華めん・砂糖・片栗粉 ・ごま油・精白米	・玉ねぎ・人参・生姜・胡瓜・かぼちゃ ・小松菜・えのき・昆布 ・動物ゼリー	麦茶 おにぎり
4 月	ご飯 肉じゃが 切り干し大根の和え物 キャベツの味噌汁 デザート	おせんべい	・豚肉・牛乳・ゼラチン ・クリーム・油揚げ	・精白米・じゃがいも・油 ・砂糖・ごま油	・人参・玉ねぎ・グリーンピース ・切干大根・しいたけ・小松菜・キャベツ ・りんご・オレンジジュース	牛乳 オレンジムース
5 火	ご飯 麻婆豆腐 小松菜のおひたし わかめのスープ デザート	ビスケット	・豚挽肉・豆腐・しらす ・ゼラチン・牛乳	・精白米・油・砂糖・ごま油 ・片栗粉・さつまいも	・にんにく・生姜・人参・長ねぎ・小松菜 ・わかめ・もやし・しいたけ・みかん缶	牛乳 ふかし芋
6 水	ロールパン 魚のフリッター キャベツのコールスロー じゃがいものスープ デザート	黒棒	・パンガシウス・ベーコン ・牛乳・ゼラチン・油揚げ	・ロールパン・お好み焼き粉 ・油・マヨネーズ・砂糖 ・じゃがいも・精白米	・キャベツ・胡瓜・人参・玉ねぎ・小松菜 ・バナナ	牛乳 こぎつねおにぎり
7 木	ひじきご飯 豚肉と根菜の甘酢炒め ツナとブロッコリーのサラダ もやしと竹輪の味噌汁 デザート	おせんべい	・油揚げ・豚肉・ツナ缶 ・ちくわ・牛乳	・精白米・砂糖・片栗粉 ・油・クラッカー	・ひじき・人参・玉ねぎ・れんこん・ごぼう ・ブロッコリー・コーン・もやし・青ねぎ ・もも缶・レーズン	牛乳 クラッカーサンド
8 金	みそラーメン 青菜の磯部和え デザート	ビスケット	・豚肉 ・牛乳	・中華めん・ごま油・砂糖 ・片栗粉・ごま	・にら・人参・もやし・キャベツ・コーン ・玉ねぎ・生姜・青菜・えのきたけ ・のり・バナナ	牛乳 おにぎり
9 土	中華丼 さつまいものヨーグルトサラダ デザート	セレクト	・豚肉・ヨーグルト・牛乳	・精白米・砂糖・ごま油 ・片栗粉・さつまいも・食パン	・白菜・人参・もやし・長ねぎ・コーン ・ブロッコリー・動物ゼリー	麦茶 ジャムサンド
11 月	ロールパン 鶏のからあげ フレンチサラダ ミネストローネ デザート	おせんべい	・鶏肉・ベーコン・牛乳 ・たまご	・ロールパン・片栗粉 ・油・砂糖・マカロニ	・キャベツ・人参・胡瓜・玉ねぎ ・ズッキーニ・トマト缶・動物ゼリー	牛乳 誕生日メニュー
12 火	ご飯 あんかけ卵焼き ブロッコリーのじゃこ和え もやしと人参の味噌汁 デザート	おせんべい	・たまご・鶏挽肉・しらす ・牛乳・脱脂粉乳	・精白米・油・砂糖・片栗粉 ・薄力粉	・玉ねぎ・ひじき・ブロッコリー・もやし ・人参・わかめ・みかん缶	牛乳 スキムミルク クッキー
13 水	ご飯 ぶり大根 れんこんのごまマヨ和え えのきと小松菜の味噌汁 デザート	ウエハース	・ぶり・油揚げ・牛乳	・精白米・砂糖・マヨネーズ ・ごま	・大根・れんこん・人参・胡瓜・えのきたけ ・小松菜・バナナ・寒天	牛乳 ようかん
14 木	きつねうどん 鶏の味噌焼き ほうれん草の白和え デザート	おせんべい	・油揚げ・かまぼこ・鶏肉 ・豆腐・牛乳・きな粉	・うどん・砂糖 ・しらたき・ごま・食パン ・精白米	・青ねぎ・生姜・ほうれん草・えのきたけ ・人参・みかん缶	牛乳 きな粉おはぎ
15 金	ご飯 鮭のマヨコーン焼き ひじきの炒め煮 白菜と油揚げの味噌汁 デザート	ビスケット	・さけ・油揚げ・生揚げ ・淡色辛みそ・牛乳・たまご	・精白米・マヨネーズ・油 ・砂糖・食パン・バター	・コーン・ひじき・人参・グリーンピース ・白菜・バナナ	牛乳 フレンチトースト
16 土	ドライカレー きゅうりのフレンチサラダ デザート	セレクト	・豚挽肉・ヨーグルト・牛乳 ・鮭フレーク	・精白米・砂糖・油・ごま	・玉ねぎ・にんにく・生姜・茄子 ・胡瓜・人参・キャベツ	麦茶 スティックパン
18 月	ご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き ジャーマンポテ キャベツのスープ デザート	おせんべい	・鶏肉・ベーコン・牛乳	・精白米・じゃがいも ・バター・ごま	・玉ねぎ・にんにく・ピーマン・キャベツ ・人参・りんご・塩昆布	牛乳 昆布の おにぎり
19 火	ご飯 酢鶏 青菜のごま和え たまごときのこのスープ デザート	ビスケット	・鶏肉・たまご・牛乳 ・ヨーグルト・脱脂粉乳	・精白米・片栗粉・油 ・ごま・砂糖 ・ホットケーキミックス	・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン・もやし ・青菜・しいたけ・えのきたけ ・みかん缶	牛乳 バナナとヨーグルト ホットケーキ
20 水	ご飯 鶏ひき肉のたまご焼き かぼちゃのいとこ煮 すいとん デザート	かりんとう	・たまご・鶏挽肉・ゆで小豆 ・豚肉・油揚げ・ゼラチン ・牛乳	・精白米・砂糖 ・ホットケーキミックス・油	・人参・長ねぎ・グリーンピース ・南瓜・大根・動物ゼリー	牛乳 蒸しパン
21 木	ご飯 照り焼きチキン カレーマカロニサラダ 白菜とベーコンのスープ デザート	ビスケット	・豆腐・脱脂粉乳・粉チーズ ・ツナ缶・ベーコン・牛乳	・精白米・薄力粉・砂糖 ・マカロニ・マヨネーズ ・ホットケーキミックス	・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ・トマト缶 ・胡瓜・白菜・コーン・りんご	牛乳 豆腐のケーキ
22 金	ご飯 チャプチェ ブロッコリーの中巻和え かきたまスープ デザート	おせんべい	・豚肉・たまご・牛乳・きな粉	・精白米・春雨・ごま油・砂糖 ・片栗粉・マカロニ	・人参・胡瓜・水煮たけのこ・しいたけ ・にんにく・パプリカ・塩昆布 ・小松菜・長ねぎ・バナナ	牛乳 アップルパイ
23 土	スパゲティミートソース キャベツのサラダ ポトフ風スープ デザート	セレクト	・豚挽肉・鶏肉・牛乳	・スパゲティ・油・砂糖 ・じゃが芋・源氏パイ ・バター・パイシート	・玉ねぎ・にんにく・トマト缶・キャベツ ・人参・胡瓜・コーン・グリーンピース ・りんごジャム	麦茶 源氏パイ
25 月	ロールパン ミートローフ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ デザート	ビスケット	・鶏挽肉・豚挽肉・たまご ・粉チーズ・牛乳 ・ベーコン	・ロールパン・パン粉・油 ・砂糖・じゃが芋・薄力粉	・玉ねぎ・人参・ブロッコリー ・グリーンピース・いちご	牛乳 クリスマスケーキ
26 火	ご飯 かに玉 青菜のおかか和え 大根のスープ デザート	ビスケット	・たまご・かにかま・かつお節 ・油揚げ・牛乳 ・きな粉	・精白米・油・片栗粉 ・砂糖・ごま ・マカロニ	・水煮たけのこ・長ねぎ・干しいたけ ・青菜・えのきたけ・人参・大根・水菜 ・わかめ	牛乳 マカロニきなこ
27 水	カレーライス フレンチサラダ デザート	黒棒	・豚肉・脱脂粉乳・ヨーグルト ・牛乳	・精白米・油・じゃがいも ・砂糖・バター ・ホットケーキミックス	・にんにく・生姜・玉ねぎ・人参・キャベツ ・胡瓜・パプリカ・みかん缶・もも缶 ・パイ缶・バナナ	牛乳 ココアバナナ ケーキ
28 木	年越しうどん さつまいもと胡瓜のごまマヨネーズ和え デザート	おせんべい	・油揚げ・鶏肉 ・ツナ缶・牛乳・ゼラチン ・しらす	・うどん・片栗粉・砂糖 ・ごま・さつま芋・マヨネーズ ・バター・パイシート	・人参・大根・小松菜・長ねぎ・玉ねぎ ・生姜・胡瓜 ・わかめ・もやし・しいたけ・みかん缶	牛乳 しらすわかめ おにぎり

※ 食材の調達状況により、メニュー変更になる場合があります



2023年 12月 離乳食献立表

リージョン湘野辺保育園

日	曜	午後おやつ	中期食	午後おやつ	後期食	主な材料	午後おやつ	主な材料
1	金	ビスケット	・7倍粥 ・親子煮 ・大根のおかか煮	・お茶 ・枝豆粥	・5倍粥 ・親子煮 ・大根の味噌汁	精白米 豆腐・鶏挽肉・ねぎ・全卵 大根・人参・わかめ	・お茶 ・小豆粥	精白米・ゆで小豆
2	土	ハイハイ	・7倍粥 ・南瓜のそぼろ煮 ・豆腐のスープ	・お茶 ・おかか粥	・5倍粥 ・南瓜のそぼろ煮 ・豆腐のスープ	精白米 豚挽肉・南瓜・玉ねぎ・人参 豆腐・小松菜・長ねぎ	・お茶 ・おかか粥	精白米・かつお節
4	月	野菜おせんべい	・7倍粥 ・鶏肉じゃが ・キャベツと小松菜の煮浸し	・お茶 ・りんごコンポート	・5倍粥 ・肉じゃが ・キャベツの味噌汁	精白米 豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ キャベツ・小松菜・お麴	・お茶 ・りんごコンポート	りんご・砂糖
5	火	ソフトせんべい	・7倍粥 ・麻婆豆腐風 ・わかめのスープ	・お茶 ・ふかし芋	・5倍粥 ・麻婆豆腐風 ・わかめのスープ	精白米 豆腐・豚挽肉・人参・長ねぎ 小松菜・わかめ・人参	・お茶 ・ふかし芋	さつま芋
6	水	ビスケット	・食パン粥 ・魚のトマト煮 ・じゃが芋煮	・お茶 ・枝豆粥	・食パン ・魚のトマト煮 ・じゃが芋のスープ	食パン バンガシウス・キャベツ・人参 じゃが芋・玉ねぎ・青梗菜	・お茶 ・枝豆粥	精白米・枝豆
7	木	小魚せんべい	・7倍粥 ・ブロッコリーのツナ煮 ・野菜とお麴のすまし汁	・お茶 ・バナナ	・5倍粥 ・ブロッコリーのツナ煮 ・豚汁	精白米 ブロッコリー・コーン・ツナ缶 豚肉・人参・玉ねぎ・青ネギ	・お茶 ・バナナ	バナナ
8	金	ビスケット	・煮込みうどん ・豆腐の鶏そぼろ煮 ・青菜の煮浸し	・お茶 ・南瓜の茶巾	・煮込みうどん ・ミートボール ・青菜の煮浸し	うどん・キャベツ・コーン・人参 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ・ケチャップ ほうれん草・人参	・お茶 ・クッキー	小麦粉・バター 砂糖
9	土	ハイハイ	・7倍粥 ・白菜の豆乳煮 ・さつま芋のヨーグルト和え	・お茶 ・バナナ	・5倍粥 ・豚肉と野菜の煮物 ・さつま芋のヨーグルト和え	精白米 豚肉・白菜・人参・コーン さつま芋・ヨーグルト	・お茶 ・バナナ	バナナ
11	月	野菜おせんべい	・7倍粥 ・親子煮 ・野菜のおすまし	・お茶 ・ふかし芋	・5倍粥 ・親子煮 ・野菜の味噌汁	精白米 鶏挽肉・ブロッコリー・ひじき・全卵 玉ねぎ・人参・わかめ	・お茶 ・プレーンクッキー	小麦粉・バター 砂糖
12	火	ソフトせんべい	・7倍粥 ・豆腐のトマト煮 ・白菜のスープ	・お茶 ・りんごコンポート	・5倍粥 ・豆腐のトマト煮 ・白菜のスープ	精白米 豆腐・玉ねぎ・ピーマン・ツナ・トマト缶 白菜・玉ねぎ・コーン	・お茶 ・りんごコンポート	りんご・砂糖
13	水	小魚せんべい	・7倍粥 ・白身魚と大根の煮物 ・小松菜の煮浸し	・お茶 ・芋ようかん	・5倍粥 ・ぶり大根 ・小松菜の味噌汁	精白米 ぶり・大根 小松菜・人参・玉ねぎ	・お茶 ・芋ようかん	さつま芋・砂糖 寒天
14	木	ビスケット	・煮込みうどん ・鶏肉の治部煮 ・煮奴	・お茶 ・食パン粥	・煮込みうどん ・豆腐と鶏肉の味噌煮 ・フルーツボンチ	うどん・ほうれん草 豆腐・鶏肉・人参 みかん缶・もも缶	・お茶 ・食パンラスク	食パン・バター 砂糖
15	金	ビスケット	・7倍粥 ・鮭の豆乳煮 ・白菜と豆腐のおすまし	・お茶 ・きなこパン粥	・5倍粥 ・鮭の豆乳煮 ・白菜と豆腐の味噌汁	精白米 鮭・コーン・人参・グリーンピース 白菜・豆腐・玉ねぎ	・お茶 ・きなこラスク	食パン・砂糖 きな粉
16	土	ハイハイ	・7倍粥 ・野菜のトマト煮 ・キャベツのお煮浸し	・お茶 ・おかか粥	・5倍粥 ・チリコンカン風 ・キャベツの煮浸し	精白米 豚挽肉・玉ねぎ・茄子・ケチャップ キャベツ・人参・胡瓜	・お茶 ・おかか粥	精白米・かつお節
18	月	野菜おせんべい	・7倍粥 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・キャベツのスープ	・お茶 ・枝豆粥	・5倍粥 ・鶏肉とじゃが芋のケチャップ煮 ・キャベツのスープ	精白米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ キャベツ・玉ねぎ・人参・わかめ	・お茶 ・枝豆粥	精白米・枝豆
19	火	ソフトせんべい	・7倍粥 ・治部煮 ・ほうれん草の煮浸し	・お茶 ・バナナヨーグルト	・5倍粥 ・治部煮 ・ほうれん草の味噌汁	精白米 鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン ほうれん草・人参・わかめ	・お茶 ・バナナヨーグルト	バナナ・ヨーグルト
20	水	小魚せんべい	・7倍粥 ・親子煮 ・うどん汁	・お茶 ・南瓜の茶巾	・5倍粥 ・親子煮 ・味噌汁うどん	精白米 鶏挽肉・人参・ねぎ・全卵 うどん・豚肉・大根	・お茶 ・南瓜の茶巾	南瓜・砂糖
21	木	ビスケット	・食パン粥 ・鶏肉とキャベツの煮物 ・トマトのスープ	・お茶 ・豆乳プリン	・食パン ・鶏肉とキャベツの煮物 ・ミネストローネ	食パン 鶏肉・キャベツ・人参 マカロニ・ミックスベジタブル・玉ねぎ	・お茶 ・豆乳プリン	豆乳・砂糖 ゼラチン・みかん缶
22	金	ビスケット	・食パン粥 ・ブロッコリーの鶏そぼろ煮 ・豆乳スープ	・お茶 ・いちごミルクプリン	・食パン ・煮込みハンバーグ ・ホワイトシチュー	食パン 鶏挽肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆乳	・お茶 ・いちごミルク プリン	いちご・牛乳 砂糖・ゼラチン
23	土	ハイハイ	・7倍粥 ・キャベツのそぼろ煮 ・ポトフ風	・お茶 ・ソフトせんべい	・5倍粥 ・キャベツのそぼろ煮 ・ポトフ風	精白米 豚挽肉・キャベツ・コーン・トマト缶 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・グリーンピース	・お茶 ・ソフトせんべい	
25	月	ビスケット	・7倍粥 ・鶏肉とブロッコリーの煮物 ・小松菜の煮浸し	・お茶 ・マカロニきなこ	・5倍粥 ・豚肉とブロッコリーの煮物 ・春雨スープ	精白米 豚肉・ブロッコリー・人参 春雨・小松菜・長ねぎ	・お茶 ・マカロニきなこ	マカロニ・砂糖 きなこ
26	火	ソフトせんべい	・7倍粥 ・ほうれん草のたまごとじ ・大根とわかめのおすまし	・お茶 ・しらす粥	・5倍粥 ・ほうれん草のたまごとじ ・大根の味噌汁	精白米 ほうれん草・人参・全卵 大根・長ねぎ・わかめ	・お茶 ・しらす粥	精白米・しらす
27	水	野菜おせんべい	・7倍粥 ・トマト煮 ・みかんのヨーグルト和え	・お茶 ・バナナ	・5倍粥 ・トマト煮 ・ヨーグルトボンチ	精白米 豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ みかん缶・もも缶・ヨーグルト	・お茶 ・バナナ	バナナ
28	木	小魚せんべい	・年越しうどん ・豆腐の鶏そぼろ煮 ・さつま芋煮	・お茶 ・りんごコンポート	・年越しうどん ・豆腐の鶏そぼろ煮 ・さつま芋煮	うどん・小松菜・長ねぎ 豆腐・鶏挽肉・大根・人参 さつま芋	・お茶 ・りんごコンポート	りんご・砂糖

※ 食材の調達状況により、メニュー変更になる場合があります