



12月 給食献立表



日 曜	お や つ	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	
2 月	麦茶 野菜おせんべい	ご飯 カレー肉じゃが もやしの中巻和え 豆腐と油揚げの味噌汁 デザート	牛乳 きな粉サンド	・ぶた肉 ・豆腐・油揚げ ・淡色辛みそ・牛乳 ・きな粉	・精白米・じゃがいも・上白糖 ・ごま油 ・食パン	・にんじん・たまねぎ ・もやし・わかめ・長ねぎ ・みかん缶	牛乳→麦茶
3 火	麦茶 ビスケット	味噌ラーメン じゃがいもとひじきのマヨ醤油和え デザート	牛乳 菜飯おにぎり	・ぶた肉・淡色辛みそ ・鶏肉 ・いんげん ・牛乳	・中華めん・ごま油・調合油 ・上白糖 ・精白米・いりごま	・キャベツ・もやし ・にんじん・にら・にんにく ・きゅうり・バナナ ・コーン・こまつな	牛乳→麦茶
4 水	麦茶 せんべい	ご飯 鱈のマヨコン焼き 切干大根の煮物 小松菜としめじの味噌汁 デザート	牛乳 いもち	・たら・竹輪 ・牛乳・淡色辛みそ	・精白米・押麦・マヨドレ ・じゃがいも・調合油・上白糖 ・マーガリン	・コーン・切干しだいこん ・にんじん・さやいんげん・こまつな ・しめじ・たまねぎ	牛乳→麦茶
5 木	麦茶 ウエハース	ハヤシライス ポテトサラダ カントリースープ デザート	牛乳 ウィンナーコーンパン	・ぶた肉 ・魚肉ソーセージ ・牛乳 ・ウインナー	・精白米・調合油・じゃがいも ・マヨドレ ・薄力粉・上白糖	・たまねぎ・にんじん ・マッシュルーム・にんにく・トマト ・きゅうり・キャベツ ・桃缶・コーン	牛乳→麦茶
6 金	麦茶 せんべい	ご飯 鶏肉の照り焼き 春雨サラダ ワカメスープ デザート	牛乳 胡麻トースト	・鶏肉・牛乳	・精白米・調合油 ・はるさめ・上白糖 ・ごま油・いりごま ・食パン・ごま・マーガリン	・キャベツ・にんじん・きゅうり ・長ねぎ・わかめ・りんご	牛乳→麦茶
7 土	麦茶 クラッカー	カレー南蛮うどん ほうれん草の胡麻和え デザート	麦茶 せんべい	・鶏肉・牛乳 ・せんべい	・ゆでうどん・上白糖 ・いりごま ・せんべい	・にんじん・こまつな・長ねぎ ・ほうれん草・バナナ	
9 月	麦茶 野菜おせんべい	ご飯 じゃがいもと厚揚げのそぼろ炒め 三色サラダ なめことほうれん草の味噌汁 デザート	牛乳 バナナケーキ	・鶏ひき肉・厚揚げ ・淡色辛みそ・牛乳	・精白米・じゃがいも・調合油 ・ごま油・上白糖 ・薄力粉 ・マーガリン	・にんじん・いんげん・れんこん ・キャベツ・きゅうり・なめこ ・ほうれん草・みかん缶・バナナ	牛乳→麦茶
10 火	麦茶 ビスケット	ご飯 ヤンニョムチキン 大根サラダ たまねぎとわかめの味噌汁 デザート	牛乳 みたらしじゃがいも	・鶏肉 ・淡色辛みそ・油揚げ ・牛乳 ・バルメザンチーズ	・精白米・上白糖 ・薄力粉・マーガリン	・たまねぎ・にんじん・だいこん ・ブロッコリー・わかめ ・桃缶	牛乳→麦茶
11 水	麦茶 せんべい	ご飯 豚肉のしょうが焼き キャベツとほうれん草の海苔和え かぼちゃと玉ねぎの味噌汁 デザート	牛乳 マカロニきなこ	・ぶた肉 ・乳酸菌飲料・牛乳 ・きな粉	・精白米・調合油・上白糖 ・マカロニ	・しょうが・たまねぎ・ピーマン ・にんじん・ほうれん草・キャベツ ・もやし・焼きのり ・かぼちゃ・長ねぎ	牛乳→麦茶
12 木	麦茶 ウエハース	食パン 鶏肉のマーマレード焼き ジャーマンポテト 野菜スープ デザート	牛乳 五平餅	・鶏肉 ・ツナフレーク ・牛乳・淡色辛みそ	・食パン・じゃがいも ・マーガリン ・精白米・上白糖・いりごま	・たまねぎ ・ピーマン・ほうれん草 ・はくさい・にんじん・バナナ	牛乳→麦茶
13 金	麦茶 せんべい	ふりかけご飯 照り焼きつくね にんじんしりしり わかめと玉ねぎのスープ デザート	牛乳 みかんケーキ	・鶏ひき肉 ・豆腐・牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・いりごま・片栗粉 ・調合油・上白糖 ・ごま油・薄力粉・マーガリン	・焼きのり・長ねぎ・ひじき ・にんじん・コーン缶 ・たまねぎ・みかん缶	牛乳→麦茶
14 土	麦茶 クラッカー	豚肉と野菜のあんかけ丼 たまねぎとじゃが芋のスープ デザート	麦茶 せんべい ゼリー	・ぶた肉	・精白米・ごま油・上白糖 ・片栗粉・じゃがいも ・せんべい	・もやし・しめじ ・にんじん・チンゲンサイ・たまねぎ ・オレンジ・ゼリー	
16 月	麦茶 野菜おせんべい	ご飯 れんこんと豚肉の炒め煮 ほうれん草と人参のごま和え キャベツとしめじの味噌汁 デザート	牛乳 マカロニきな粉	・ぶた肉 ・淡色辛みそ	・精白米・調合油 ・いりごま・上白糖 ・マカロニ	・れんこん・きぬさや・バナナ ・ほうれん草・にんじんみかん缶 ・もやし・キャベツ ・たまねぎ・しめじ・りんご	牛乳→麦茶
17 火	麦茶 ビスケット	わかめご飯 唐揚げ じゃが芋のコロコロサラダ 野菜のスープ デザート	牛乳 誕生日ケーキ	・ぶたひき肉・鶏ひき肉 ・豆腐・プロセスチーズ ・ホイップクリーム ・乳酸菌飲料・牛乳	・精白米・マーガリン ・パン粉・じゃがいも・上白糖 ・薄力粉	・にんじん・たまねぎ・こまつな ・トマトケチャップ・パイナップル ・きゅうり・ブロッコリー・だいこん	牛乳→麦茶
18 水	麦茶 せんべい	ご飯 冬野菜カレー マカロニサラダ デザート	牛乳 さつまいももち	・鶏肉・牛乳 ・魚肉ソーセージ	・精白米・調合油・じゃがいも ・マカロニ ・マヨドレ・いりごま ・さつまいも・マーガリン	・にんじん・たまねぎ・桃缶 ・トマトケチャップ・かぼちゃ・えのき ・ブロッコリー・はくさい・きゅうり ・キャベツ・ほうれん草・しょうが	牛乳→麦茶
19 木	麦茶 ウエハース	ご飯 鶏肉のゴマみそ焼き 大豆とひじきの炒め煮 はくさいとわかめのすまし汁 デザート	牛乳 コーン蒸しパン	・鶏肉・淡色辛みそ ・大豆・油揚げ ・牛乳	・精白米・いりごま・調合油 ・上白糖・薄力粉	・にんじん・ひじき・はくさい ・わかめ・たまねぎ ・みかん缶・コーン	牛乳→麦茶
20 金	麦茶 せんべい	ご飯 鮭の塩焼き 南瓜サラダ かぶと小松菜の味噌汁 デザート	牛乳 ココアサンド	・鮭・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・上白糖 ・食パン ・マーガリン	・ゆず果汁・かぼちゃ・かぶ ・こまつな・みかん	牛乳→麦茶
21 土	麦茶 クラッカー	ナスとトマトのミートパスタ ポテトとブロッコリーのスープ デザート	麦茶 せんべい	・ぶたひき肉・牛乳	・マカロニ・スパゲティ ・なたね油・砂糖・じゃがいも ・せんべい	・たまねぎ・にんにく・トマト ・トマトケチャップ・なす ・ブロッコリー・りんご	
23 月	麦茶 野菜おせんべい	ふりかけご飯 ★納豆オムレツ キャベツのナムル わかめと豆腐の味噌汁 デザート	牛乳 かぼちゃスコーン	・納豆・卵 ・豆腐・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・いりごま・砂糖 ・上白糖・ごま油・むぎごま ・マーガリン・薄力粉	・焼きのり・長ねぎ・こまつな ・にんじん・キャベツ ・もやし・わけぎ ・桃缶・かぼちゃ	納豆オムレツ→卵除去 牛乳→麦茶
24 火	麦茶 ビスケット	食パン ポークヒーンズ スパゲティサラダ 白菜とじゃが芋のスープ デザート	牛乳 昆布とツナのおにぎり	・ぶた肉・大豆 ・魚肉ソーセージ・牛乳 ・ツナフレーク	・食パン・調合油・じゃがいも ・砂糖・マカロニ・スパゲティ ・マヨドレ・ビスケット ・精白米・いりごま	・たまねぎ・にんじん・トマト ・トマトケチャップ・きゅうり ・キャベツ・はくさい ・チンゲンサイ・バナナ・焼きのり	牛乳→麦茶
25 水	麦茶 せんべい	ハンバーガー フライドポテト ブロッコリーのサラダ コンソメスープ アップルジュース	牛乳 ★クリスマスケーキ	・鶏ひき肉・鶏肉 ・牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・調合油・片栗粉 ・上白糖・ごま油 ・薄力粉	・にんじん・たまねぎ・コーン ・トマトケチャップ・カリフラワー ・きゅうり・ブロッコリー・いちご	
26 木	麦茶 ウエハース	年越しうどん 切干大根のサラダ デザート	牛乳 ごまじゃこおにぎり	・油揚げ・かまぼこ・豚肉 ・鶏ひき肉・淡色辛みそ ・牛乳・しらす干し	・ゆでうどん・上白糖 ・さといも・板こんにゃく ・調合油・いりごま・ごま油 ・精白米	・こねぎ・いんげん ・切干しだいこん・きゅうり ・にんじん・もやし ・バナナ	牛乳→麦茶
27 金	麦茶 せんべい	ご飯 麻婆豆腐 きゃべつとツナのサラダ 春雨スープ デザート	牛乳 焼きサモサ	・豆腐・豚ひき肉 ・淡色辛みそ ・ツナフレーク ・牛乳	・精白米・上白糖・片栗粉 ・ごま油・はるさめ・いりごま ・じゃがいも ・調合油	・にんにく・しょうが・にんじん ・たまねぎ・長ねぎ・にら・はくさい ・キャベツ・コーン・みかん ・切干しだいこん・チンゲンサイ	牛乳→麦茶
28 土	麦茶 クラッカー	中華丼 臭だくさんスープ デザート	麦茶 せんべい ゼリー	・ぶた肉 ・牛乳	・精白米・ごま油・片栗粉 ・じゃがいも ・せんべい・上白糖	・はくさい・にんじん ・もやし・長ねぎ・ゼリー ・チンゲンサイ・たまねぎ・オレンジ	

※ 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



日	曜	おひる	主な材料	午後おやつ	主な材料
2	月	軟飯 豚肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・豆腐 人参・たまねぎ・もやし	麦茶 きな粉がゆ	米 きな粉
3	火	軟飯 鶏肉と大根のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・大根 キャベツ・人参・ブロッコリー	麦茶 ブロッコリーがゆ	米 ブロッコリー
4	水	軟飯 たらとさつま芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 たら・さつま芋 人参・小松菜・玉ねぎ	麦茶 さつま芋がゆ	米 さつま芋
5	木	軟飯 豚肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参・キャベツ	麦茶 人参がゆ	米 人参
6	金	軟飯 鶏肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・豆腐 キャベツ・人参	麦茶 豆腐がゆ	米 豆腐
7	土	煮込みうどん 野菜のだし煮 すまし汁	うどん・豚肉・ほうれん草 人参・小松菜	麦茶 ハイハイ	
9	月	軟飯 鶏肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・じゃが芋 人参・キャベツ・ほうれん草	麦茶 ほうれん草がゆ	米 ほうれん草
10	火	軟飯 鶏肉と大根のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・大根 玉ねぎ・人参・ブロッコリー	麦茶 ブロッコリーがゆ	米 ブロッコリー
11	水	軟飯 豚肉ともやしのだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・もやし 玉ねぎ・人参・キャベツ	麦茶 きな粉がゆ	米 きな粉
12	木	軟飯 ツナとじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 ツナ・じゃが芋 玉ねぎ・人参・白菜・ほうれん草	麦茶 ツナがゆ	米 ツナ
13	金	軟飯 鶏団子 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・豆腐 人参・玉ねぎ	麦茶 人参がゆ	米 人参
14	土	軟飯 豚肉と野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・人参・玉ねぎ・チンゲン菜	麦茶 ハイハイ	
16	月	軟飯 豚肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・豆腐 ほうれん草・人参・キャベツ・玉ねぎ	麦茶 豆腐がゆ	米 豆腐
17	火	軟飯 鶏肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・豆腐 人参・白菜・玉ねぎ	麦茶 人参がゆ	米 人参
18	水	軟飯 鶏肉と南瓜のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・南瓜 人参・玉ねぎ・ブロッコリー	麦茶 南瓜がゆ	米 南瓜
19	木	軟飯 鶏肉団子 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・豆腐 人参・玉ねぎ・小松菜	麦茶 ブロッコリーがゆ	米 ブロッコリー
20	金	軟飯 豆腐と南瓜のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・南瓜 かぶ・小松菜	麦茶 南瓜がゆ	米 南瓜
21	土	スープ 野菜のだし煮 すまし汁	スパゲティ・豚肉・トマト 玉ねぎ・なす・ブロッコリー	麦茶 ハイハイ	
23	月	軟飯 豆腐と南瓜のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・南瓜 人参・キャベツ・小松菜	麦茶 人参がゆ	米 人参
24	火	ハンパ ツナとじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	食パン ツナ・じゃが芋 玉ねぎ・人参・白菜・チンゲン菜	麦茶 ツナがゆ	米 ツナ
25	水	軟飯 鶏肉とブロッコリーのだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・ブロッコリー 人参・玉ねぎ・カリフラワー	麦茶 ブロッコリーがゆ	米 ブロッコリー
26	木	煮込みうどん 鶏肉と里芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	うどん・人参 鶏肉・里芋 人参・もやし	麦茶 しらすがゆ	米 しらす
27	金	軟飯 豚肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・豆腐 人参・玉ねぎ・キャベツ	麦茶 豆腐がゆ	米 豆腐
28	土	軟飯 豚肉と野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・白菜・人参・玉ねぎ	麦茶 ハイハイ	

※離乳食の味付け・・・初期(だし昆布)