



12月 献立表



令和6年

ミルクホーム

日 曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
2月	小魚せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 たらのマヨネーズ焼き かぼちゃの煮物 グレープフルーツ	クッキー 牛乳	味噌 たら 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 無塩バター 薄力粉 小魚せんべい	植物だし 大根 たら 南瓜 人参 さやいんげん グレープフルーツ	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
3火	せんべい 牛乳	マーボー豆腐丼 中華スープ 中華サラダ みかん	ミルク大学芋 牛乳	木綿豆腐 豚肉 味噌 スキムミルク 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 さつま芋 せんべい	長ねぎ しょうが にんにく 人参 キャベツ えのき茸 もやし チンゲン菜 コーン みかん	水 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 チキンスープの素 麦茶
4水	しらす&わか めせんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 白菜の海苔和え パナナ	ゼリー(グレープフルーツ 味) ビスケット 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ごま油 ビスケット グレープフルーツゼリーの素 しらす&わかめせんべい	植物だし 小松菜 しょうが 白菜 人参 きゅうり 焼きのり パナナ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
5木	ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳	野菜パン コンソメスープ 豚肉のケチャップ炒め カリカリしらすサラダ オレンジ	鶏ごぼうご飯 麦茶	豚肉 しらす 鶏肉 牛乳	野菜パン じゃが芋 油 砂糖 米 ほうれん草と小松菜せんべい	しめじ パセリ 玉ねぎ ピーマン キャベツ 人参 ブロッコリー オレンジ ごぼう グリンピース	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 料理酒 穀物酢 麦茶 こいくちしょうゆ みりん
6金	小魚せんべい 牛乳	【大雪】ご飯 すまし汁 ぶりの照り煮 冬野菜の味噌和え ジョア	フルーツパンサンド 牛乳	ぶり 味噌 ジョア ホイップクリーム 牛乳	米 里芋 砂糖 フルーツパン マーメイド 小魚せんべい	白菜 万能ねぎ 大根 人参 ほうれん草	水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 万能つゆ みりん 麦茶
7土	クラッカー 牛乳	ピビンパ丼 オニオンスープ 春雨のマヨサラダ パナナ	チーズ ビスケット 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 ごま油 砂糖 春雨 ノンエッグマヨネーズ ビスケット クラッカー	しょうが チンゲン菜 もやし 人参 干しいたけ 玉ねぎ きゅうり コーン パナナ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 塩 麦茶
9月	せんべい 牛乳	鶏肉のクリームスパゲティ コンソメスープ カレーポテト オレンジ	わかめおにぎり 麦茶	鶏肉 牛乳 ウインナー	スパゲティ 無塩バター じゃが芋 油 米 せんべい	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ パセリ オレンジ わかめご飯の素	水 ホワイトソース 塩 チキンスープの素 カレー粉 麦茶
10火	しらす&わか めせんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 あじフライ 白菜の和え物 チーズ	マシュマロおこし 牛乳	味噌 高野豆腐 あじ チーズ 牛乳	米 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 ごま油 マシュマロ コーンフレーク 無塩バター しらす&わかめせんべい	植物だし かぶ 万能ねぎ 白菜 人参 小松菜	水 塩 料理酒 トマトケチャップ 中濃ソース 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶
11水	小魚せんべい 牛乳	ご飯 すまし汁 鶏肉のバーベキューソース焼き 切干大根の味噌マヨサラダ パナナ	スイートパンプキン 牛乳	鶏肉 味噌 牛乳	米 小切麩 砂糖 ノンエッグマヨネーズ さつま芋 無塩バター 小魚せんべい	干しいたけ ほうれん草 しょうが にんにく りんご 切干大根 ブロッコリー 人参 パナナ 南瓜	水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 麦茶
12木	クラッカー 牛乳	ポークカレーライス コンソメスープ 和風マーメイドドレッシング和え りんご	青のりチーズトースト 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 玄米 じゃが芋 油 マーメイド 砂糖 片栗粉 クラッカー 食パン	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン りんご しめじ ほうれん草 青のり	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 チキンスープの素 塩
13金	ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 肉団子の甘酢あん 大根のおかか炒め みかん缶	いちごミルク餅 麦茶	味噌 豚肉 木綿豆腐 かつお節 牛乳	米 パン粉 ごま油 砂糖 片栗粉 油 いちごジャム ほうれん草と小松菜せんべい	植物だし 白菜 わかめ 人参 玉ねぎ しめじ グリンピース 大根 さやいんげん みかん缶	水 塩 こいくちしょうゆ 穀物酢 みりん 麦茶
14土	せんべい 牛乳	ツナそぼろ丼 味噌汁 もやしと干しえびの和え物 パナナ	カップゼリー(オレンジ) しらす&わかめせんべい 牛乳	ツナ 味噌 厚揚げ 干しえび 牛乳	米 油 砂糖 オレンジゼリー しらす&わかめせんべい せんべい	玉ねぎ 人参 ほうれん草 焼きのり 植物だし 切干大根 もやし きゅうり パナナ	水 こいくちしょうゆ 麦茶
16月	小魚せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 たらのマヨネーズ焼き かぼちゃの煮物 グレープフルーツ	クッキー 牛乳	味噌 たら 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 無塩バター 薄力粉 小魚せんべい	植物だし 大根 たら 南瓜 人参 さやいんげん グレープフルーツ	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
17火	せんべい 牛乳	マーボー豆腐丼 中華スープ 中華サラダ みかん	ミルク大学芋 牛乳	木綿豆腐 豚肉 味噌 スキムミルク 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 さつま芋 せんべい	長ねぎ しょうが にんにく 人参 キャベツ えのき茸 もやし チンゲン菜 コーン みかん	水 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 チキンスープの素 麦茶
18水	しらす&わか めせんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 白菜の海苔和え パナナ	ゼリー(グレープフルーツ 味) ビスケット 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 グレープフルーツゼリーの素 ビスケット しらす&わかめせんべい	植物だし 小松菜 しょうが 白菜 人参 きゅうり 焼きのり パナナ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
19木	ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳	【冬至】 ご飯 かぼちゃのけんちん汁 さばの味噌煮 大根と人参の和えもの ジョア	フルーツパンサンド 牛乳	木綿豆腐 さば 味噌 ジョア 牛乳 ホイップクリーム	米 ごま油 砂糖 ほうれん草と小松菜せんべい フルーツパン マーメイド	れんこん 南瓜 長ねぎ しょうが 大根 人参 ほうれん草	水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 麦茶
20金	小魚せんべい 牛乳	【お誕生会】 野菜パン コンソメスープ 豚肉のケチャップ炒め カリカリしらすサラダ オレンジ	パウンドケーキ 牛乳	豚肉 しらす 牛乳	野菜パン じゃが芋 油 粉糖 砂糖 無塩バター 小魚せんべい ホットケーキミックス	しめじ パセリ 玉ねぎ ピーマン キャベツ 人参 ブロッコリー オレンジ レモン	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 料理酒 穀物酢 麦茶
21土	クラッカー 牛乳	ピビンパ丼 オニオンスープ 春雨のマヨサラダ パナナ	チーズ ビスケット 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 ごま油 砂糖 春雨 ノンエッグマヨネーズ ビスケット クラッカー	しょうが チンゲン菜 もやし 人参 干しいたけ 玉ねぎ きゅうり コーン パナナ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 塩 麦茶
23月	せんべい 牛乳	鶏肉のクリームスパゲティ コンソメスープ カレーポテト オレンジ	わかめおにぎり 麦茶	鶏肉 牛乳 ウインナー	スパゲティ 無塩バター じゃが芋 油 米 せんべい	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ パセリ オレンジ わかめご飯の素	水 ホワイトソース 塩 チキンスープの素 カレー粉 麦茶
24火	しらす&わか めせんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 あじフライ 白菜の和え物 チーズ	マシュマロおこし 牛乳	味噌 高野豆腐 あじ チーズ 牛乳	米 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 ごま油 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ しらす&わかめせんべい	植物だし かぶ 万能ねぎ 白菜 人参 小松菜	水 塩 料理酒 トマトケチャップ 中濃ソース 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶
25水	小魚せんべい 牛乳	☆クリスマス献立☆ トナカイピラフ ミネストローネ ローストチキン ブロッコリーサラダ カップヨーグルト	トライフル 牛乳	鶏肉 ヨーグルト 牛乳 ホイップクリーム チーズ	米 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ ホットケーキミックス いちごジャム 小魚せんべい	人参 れんこん ダイスタマト 玉ねぎ コーン パセリ しょうが にんにく ブロッコリー パプリカ 白桃缶 パイン缶	水 塩 チキンスープの素 料理酒 トマトケチャップ 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶
26木	クラッカー 牛乳	ポークカレーライス コンソメスープ 和風マーメイドドレッシング和え りんご	青のりチーズトースト 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 玄米 じゃが芋 油 マーメイド 砂糖 片栗粉 クラッカー 食パン	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン りんご しめじ ほうれん草 青のり	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 チキンスープの素 塩
27金	ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 肉団子の甘酢あん 大根のおかか炒め グレープフルーツ	いちごミルク餅 麦茶	味噌 豚肉 木綿豆腐 かつお節 牛乳	米 パン粉 ごま油 砂糖 片栗粉 油 いちごジャム ほうれん草と小松菜せんべい	植物だし 白菜 わかめ 人参 玉ねぎ しめじ グリンピース 大根 さやいんげん グレープフルーツ	水 塩 こいくちしょうゆ 穀物酢 みりん 麦茶
28土	せんべい 牛乳	ツナそぼろ丼 味噌汁 もやしと干しえびの和え物 パナナ	カップゼリー(オレンジ) しらす&わかめせんべい 牛乳	ツナ 味噌 厚揚げ 干しえび 牛乳	米 油 砂糖 オレンジゼリー しらす&わかめせんべい せんべい	玉ねぎ 人参 ほうれん草 焼きのり 植物だし 切干大根 もやし きゅうり パナナ	水 こいくちしょうゆ 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)	
幼 児	目標準量	589	22.1	19	270	1.6
	平均量	566	21.2	18.7	263	1.6
乳	目標準量	494	18.5	15.9	225	1.5
	平均量	494	18.5	16.7	277	1.4

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。
 ☆献立には食材や天候により、おいしくて安全な給食を提供するために内容を変更する場合がございます。
 ☆献立には一切、鶏卵を使用しておりません。献立に使用している食材で食べたことのない物がある場合は、事前にご家庭で2回以上食べてみてアレルギー反応が出ないか確認をお願いします。

令和6年12月



離乳食献立表



ミルクホーム

		後期	
日	曜	お昼	午後
2	月	軟飯 さやいんげんの味噌汁 たらと大根の煮物 かぼちゃの煮物 人参スティック	人参軟飯
3	火	軟飯 コーンのスープ 豆腐とキャベツの味噌煮 チンゲン菜の煮物 人参スティック	さつま芋スティック
4	水	軟飯 小松菜の味噌汁 鶏ひき肉と白菜の煮物 人参の煮物 きゅうりスティック	バナナ
5	木	スティックパン ビーマンのスープ しらすと玉ねぎの煮物 フロッコリーの煮物 じゃが芋スティック	ケチャップ軟飯
6	金	軟飯 白菜のスープ かれいとほうれん草の味噌煮 人参の煮物 大根スティック	だし軟飯
7	土	軟飯 玉ねぎのスープ 豚そぼろと人参の煮物 チンゲン菜の煮物 きゅうりスティック	バナナ
9	月	鶏ひき肉とキャベツのミルク煮込みうどん フロッコリーのスープ じゃが芋スティック	人参軟飯
10	火	軟飯 白菜の味噌汁 高野豆腐と小松菜の煮物 かぶの煮物 人参スティック	ケチャップ軟飯
11	水	軟飯 麩のスープ 鶏ひき肉と人参の煮物 フロッコリーの煮物 バナナ	かぼちゃ茶巾
12	木	軟飯 人参のスープ 豚ひき肉とじゃが芋の煮物 キャベツの煮物 きゅうりスティック	スティックパン
13	金	軟飯 大根の味噌汁 豆腐と玉ねぎの煮物 白菜の煮物 人参スティック	おかか軟飯
16	月	軟飯 さやいんげんの味噌汁 たらと大根の煮物 かぼちゃの煮物 人参スティック	人参軟飯
17	火	軟飯 人参のスープ 豆腐とキャベツの味噌煮 チンゲン菜の煮物	スティックさつま芋
18	水	軟飯 小松菜の味噌汁 鶏ひき肉と白菜の煮物 人参の煮物 きゅうりスティック	バナナ
19	木	軟飯 人参のスープ かれいとほうれん草の味噌煮 かぼちゃの煮物 大根スティック	だし軟飯
20	金	スティックパン じゃが芋のスープ しらすと玉ねぎの煮物 フロッコリーの煮物 人参スティック	ケチャップ軟飯
21	土	軟飯 玉ねぎのスープ 豚そぼろと人参の煮物 きゅうりスティック	バナナ
23	月	鶏ひき肉とキャベツのミルク煮込みうどん じゃが芋スティック フロッコリーのスープ	人参軟飯
24	火	軟飯 白菜の味噌汁 高野豆腐と小松菜の煮物 かぶの煮物 人参スティック	ケチャップ軟飯
25	水	軟飯 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉とパプリカの煮物 フロッコリーの煮物 人参スティック	コーン軟飯
26	木	軟飯 人参のスープ 豚ひき肉とじゃが芋の煮物 キャベツの煮物 きゅうりスティック	スティックパン
27	金	軟飯 大根の味噌汁 豆腐と玉ねぎの煮物 白菜の煮物 人参スティック	おかか軟飯
28	土	軟飯 玉ねぎの味噌汁 しらすと人参の煮物 ほうれん草の煮物 きゅうりスティック	バナナ