

令和6年度 12月 献立表 氷川保育園

日	曜	献立名			血や肉になるもの	熱や力となるもの	体の調子を整えるもの	調味料
		午前おやつ (乳児)	昼 食	おやつ				
2 ・ 23	月	牛乳 小魚	ごはん スティック肉の甘辛さっぱり煮 納豆サラダ 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	マシュマロボール (0歳:赤ちゃんお菓子) 麦茶	牛乳 小魚 鶏手羽元肉 納豆	精白米 ごま マッシュマロ コーンフレーク バター	キャベツ ニラ 人参 もやし 玉ねぎ なめこ 小ねぎ キウイフルーツ	砂糖 みりん 醤油 醋 マヨネーズ 味噌 だし
3 ・ 17	火	牛乳 小魚	バターロールパン マカロニグラタン ハムマリネ スープ オレンジ 麦茶	いなりすし 麦茶	牛乳 小魚 鶏モモ肉 チーズ ハム 油揚げ	バターロールパン マカロニ ホワイトソース コーン サラダ油 精白米 ごま	玉ねぎ しめじ キャベツ 人参 きゅうり レモン チンゲン菜 しいたけ オレンジ	塩 醤油 砂糖 フイヨン 鶏がら みりん 酢
4 ・ 18	水	牛乳 小魚	和風スパゲティ (0歳:うどん) ナムル風おひたし スープ バナナ 麦茶	じゃこトースト 牛乳	牛乳 小魚 ベーコン 油揚げ チーズ しらす干し	スパゲティ コーン バター ごま油 食パン ごま	キャベツ しめじ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし 白菜 小松菜 バナナ 小ねぎ	醤油 だし 塩 醤油 砂糖 フイヨン 鶏がら マヨネーズ
5 ・ 19	木	牛乳 小魚	ごはん さわらのカレー揚げ 白菜のおひたし 味噌汁 麦茶 りんご (0・1歳:オレンジ)	ポテトスティック 牛乳	牛乳 小魚 さわら 油揚げ かつお節 青海苔	精白米 てんぶら粉 サラダ油 じゃがいも 片栗粉	白菜 人参 しめじ ほうれん草 しいたけ りんご	塩 カレー粉 めんつゆ 味噌 だし フイヨン マヨネーズ
6	金	牛乳 小魚	ごはん ミートボール プロッコリーサラダ 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	ミニたぬきうどん 麦茶	牛乳 小魚 豚ひき肉 鶏卵 スキムミルク ハム	精白米 パン粉 片栗粉 さつまいも うどん 天かす	玉ねぎ ブロッコリー 人参 キャベツ もやし キウイフルーツ ほうれん草	醤油 砂糖 塩 だし マヨネーズ 味噌 めんつゆ
7 ・ 21	土	牛乳 小魚	すき焼き丼 キャベツのサラダ 味噌汁 グレープフルーツ 麦茶	バナナ蒸しパン 牛乳	牛乳 小魚 豚ロース肉 焼き豆腐 鶏卵	精白米 白滝 サラダ油 コーン ホットケーキミックス 練乳	白菜 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり ほうれん草 えのきだけ グレープフルーツ バナナ	醤油 みりん 砂糖 めんつゆ だし 醋 味噌
◇ 9	月	牛乳 小魚	赤飯 唐揚げ ゆで野菜 味噌汁 みかん 麦茶	とうもろこしの おやき 麦茶	牛乳 小魚 小豆 鶏モモ肉	精白米 ごま 片栗粉 サラダ油 さつまいも コーン 薄力粉	生姜 プロッコリー 人参 大根 小松菜 みかん	塩 醤油 みりん マヨネーズ 味噌 だし
10	火	牛乳 小魚	ごはん 鮭の西京焼き もやしとコーンの甘酢和え 味噌汁 グレープフルーツ 麦茶	ちぢみ 牛乳	牛乳 小魚 鮭 豚バラ肉 鶏卵	精白米 コーン サラダ油 チヂミ粉 ごま油	もやし きゅうり 人参 白菜 かぶ グレープフルーツ 玉ねぎ にら	味噌 みりん 砂糖 醤油 酢 塩 だし
25	水	牛乳 小魚	食パン (2歳以上バター) ローストチキン プロッコリーのごま酢あえ スープ バナナ 牛乳	焼きそば 麦茶	牛乳 小魚 鶏モモ肉 かまぼこ 豚モモ肉 青海苔	食パン バター ごま ジャガイモ 中華めん サラダ油	玉ねぎ 生姜 プロッコリー 人参 小ねぎ バナナ キャベツ	醤油 みりん 酢 砂糖 マヨネーズ 鶏がら ソース
11	水	牛乳 小魚	中華丼 南瓜サラダ 味噌汁 麦茶 りんご (0・1歳: キウイフルーツ)	マカロニきな粉 牛乳	牛乳 小魚 豚ロース肉 竹輪 ハム チーズ 油揚げ きな粉	精白米 片栗粉 サラダ油 ごま油 マカロニ	白菜 人参 玉ねぎ しいたけ 生姜 南瓜 きゅうり もやし りんご	だし 醤油 砂糖 塩 マヨネーズ 味噌
12 ・ 26	木	牛乳 小魚	四目うどん 磯辺揚げ (0歳: カニカマ天) さつまいも天ぷら バナナ 麦茶	ミルクロール 牛乳	牛乳 小魚 豚ロース肉 竹輪 竹輪 青海苔	うどん てんぶら粉 サラダ油 さつまいも バターロールパン 練乳	ほうれん草 人参 しいたけ バナナ	めんつゆ 醤油 砂糖
13	金	牛乳 小魚	カレーライス プロッコリーのおかか和え スープ キウイフルーツ 麦茶	チーズトースト 牛乳	牛乳 小魚 豚モモ肉 かまぼこ かつお節 チーズ	精白米 じゃがいも サラダ油 コーン 食パン	玉ねぎ 人参 プロッコリー キャベツ キウイフルーツ	カレールウ めんつゆ フイヨン 鶏がら マヨネーズ
14 ・ 28	土	牛乳 小魚	ごはん ミートボール わかめサラダ 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	ミニたぬきうどん 麦茶	牛乳 小魚 豚ひき肉 鶏卵 スキムミルク わかめ	精白米 パン粉 片栗粉 コーン 春雨 ごま油 うどん 天かす	玉ねぎ きゅうり 人参 キャベツ もやし キウイフルーツ ほうれん草	醤油 砂糖 塩 だし 酢 味噌 めんつゆ
16	月	牛乳 小魚	ハッシュドボーグ ハンバンジーサラダ スープ みかん 麦茶	スノーボール クッキー ジュース	牛乳 小魚 豚ロース肉 鶏ささみ肉	精白米 サラダ油 ごま ごま油 薄力粉 バター	玉ねぎ きゅうり もやし 人参 大根 チンゲン菜 みかん りんごジュース	ハヤシルウ 醤油 醋 味噌 砂糖 フイヨン 鶏がら
☆ 24	火	牛乳 小魚	ミニロールパン (乳児) フランスパン (幼児) ミートローフ ゆで野菜 白菜シチュー みかん キウイフルーツ	クリスマスケーキ 麦茶	牛乳 小魚 豚ひき肉 鶏ひき肉 鶏卵 チーズ ベーコン	ミニロールパン サラダ油 フランスパン パン粉 コーン さつまいも ロールケーキ 生クリーム クッキー	玉ねぎ グリーンピース 人参 プロッコリー 白菜 キウイフルーツ みかん いちご	シチュールウ 塩 みりん ソース 砂糖 ケチャップ 醤油 マヨネーズ
27	金	牛乳 小魚	年越しうどん えび天 さつまいも天ぷら バナナ 麦茶	ミルクロール 牛乳	牛乳 小魚 鶏モモ肉 かまぼこ 海老	うどん ごま油 さつまいも サラダ油 てんぶら粉 バターロールパン 練乳	大根 人参 ほうれん草 しめじ 長ねぎ バナナ	醤油 だし めんつゆ

※材料の入荷状況により内容を変更することがあります。あらかじめ、ご了承ください。

◇9日は、成道会です。♥18日は、ウェルカムランチです。

☆24日はクリスマスマニュアルです。

あっという間に1年が過ぎ、あわただしい師走が来ました。
年越しそばで新年を迎えるご家庭も多いと思います。
年越しそばには、「細く長く生きること」
「人生の長寿と幸福」の願いがこめられています。
保育園では、そばより太いうどんで子どもたちの「長寿と幸福」を願ってみんなが揃う今年最後の給食を提供したいと思います。
また、新年からどうぞよろしくお願ひいたします。



＜今月の平均栄養素量＞

	エネルギー	たんぱく質	脂質
1～2歳児	480kcal	19.9g	15.8g
3～5歳児	575kcal	22.5g	17.4g

