

2024年 12月 献立表

日東保育園

日付	献立	材 料 名 (◎9時おやつ、○3時おやつ)				9時おやつ	3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他		
02月	御飯、鶏ひき肉の五目卵焼き、みそ汁	米、○ホットケーキミックス、○マヨネーズ、三温糖、◎野菜スティック	○牛乳、卵、木綿豆腐、赤みそ、鶏ひき肉、○ツナ、○卵、ひじき、わかめ、◎牛乳	たまねぎ、なめこ、こまつな、にんじん、○たまねぎ、干しいたけ	しょうゆ、酒、食塩、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) 野菜スティック(乳児)	ツナマヨパンケーキ 牛乳
03火	ソース焼きそば、水餃子スープ 型抜きチーズ(幼児)、スティックチーズ(乳児)	焼きそばめん、○薄切り食パン、油、◎とうもろこしでつくったパフ	○牛乳、豚肉、スティックチーズ、水餃子F、チーズ、わかめ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、もやし、○いちごジャム、にんじん	焼きそばソース、ウスターソース、食塩、酒、しょうゆ、鶏がらスープ	牛乳(乳児) とうもろこしでつくったパフ(乳児)	ジャムサンド、牛乳
04水	チャーハン、鶏のフリッター、ポパイサラダ 中華風コンスープ	米、てんぷら粉、油、油、三温糖、片栗粉、◎星のおせんべい、○なめらかプリン、牛乳プリン	卵、豚肉、鶏むね、ハム、◎牛乳	たまねぎ、ほうれんそう、クリームコーン、コーン、にんじん、レモン果汁	酒、しょうゆ、食塩、鶏がらスープ、カレー粉、こしょう、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) 星のおせんべい(乳児)	なめらかプリン(幼児) 牛乳プリン(乳児) ほうじ茶
05木	もちつき・おでかけ弁当	○コーンフレーク、三温糖、上新粉(1kg)、◎ふわふわチップじゃがいも味	○牛乳、ゆであずき、きな粉、◎牛乳	だいこん	しょうゆ、食塩	牛乳(乳児) ふわふわチップじゃがいも味(乳児)	コーンフレークミルクかけ ほうじ茶
06金	きのこのトマトハヤシライス、ひじきのサラダ 青りんごゼリー	米、じゃがいも、青りんごゼリーの素カップなし、三温糖、こま油、◎とうもろこしでつくったパフ	○牛乳、豚肉、ハム、ひじき、◎牛乳	○フルーチェ イチゴ、たまねぎ、しめじ、もやし、にんじん、きゅうり、トマト、コーン	トマトルー、酒、しょうゆ、酢、ウスターソース、食塩	牛乳(乳児) とうもろこしでつくったパフ(乳児)	フルーチェ、ほうじ茶
07土	エッグパンズパン、くだものゼリー、牛乳	エッグパンズパン、◎きなこせんべい	牛乳、◎牛乳	くだものゼリー		牛乳(乳児) きな粉せんべい(乳児)	
09月	鶏肉と高野豆腐のどんぶり、豚汁 ヤクルト(幼児)、アシドミルク(乳児)	○ホットケーキミックス、さといも、○油、○三温糖、三温糖、◎野菜スティック	○牛乳、鶏羽二重高野豆腐末、赤みそ、鶏肉、豚肉、卵、○卵、油揚げ、ヤクルト65、◎牛乳、アシドミルク	たまねぎ、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、いんげん、干しいたけ、板こんにゃく	かつおだし汁、酒、しょうゆ、本みりん味ひとすじ、食塩、○ココア(ビュアココア)、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) 野菜スティック(乳児)	マーブルケーキ、牛乳
10火	鮭と白菜のクリームパスタ、きのこのスープ 型抜きチーズ(幼児)、スティックチーズ(乳児)	スパゲッティ、○三温糖、有塩バター、◎とうもろこしでつくったパフ	牛乳、スティックチーズ、さけ、ベーコン、スキムミルク、チーズ、チーズ、◎牛乳	たまねぎ、はくさい、○フルーツミックス、○みかん缶、クリームコーン、にんじん、まいたけ、しめじ、えのきたけ、○アガー、干しいたけ	パイオン、食塩	牛乳(乳児) とうもろこしでつくったパフ(乳児)	手作りフルーツゼリー ほうじ茶
11水	チキンライス、もみの木ハンバーグ ブロッコリーのミモザサラダ、コンソメジュリアン	米、マヨネーズ、◎星のおせんべい、○クリスマスケーキ、蒸しケーキ	鶏肉、ハム、ベーコン、もみの木型ハンバーグ、◎牛乳、ハンバーグ	たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、コーン、グリーンピース(冷凍)、パセリ粉	トマトケチャップ 学給用特級、パイオン、酒、食塩	牛乳(乳児) 星のおせんべい(乳児)	クリスマスケーキ(幼児) 蒸しケーキ(乳児) ほうじ茶
12木	御飯、あじのフライ、人参しりしり、みそ汁	米、○キヌアあられ、油、○三温糖、三温糖、こま油、◎ふわふわチップじゃがいも味	木綿豆腐、赤みそ、○スキムミルク、卵、ツナ、油揚げ、あじフライ、◎牛乳	にんじん、たまねぎ	しょうゆ、食塩、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) ふわふわチップじゃがいも味(乳児)	キヌアあられ塩味 ねじりん棒 スキム紅茶
13金	大根菜とじゃこの御飯、おでん、バナナ	米、○むしパンミックス、じゃがいも、さといも、こま油、白ごま、◎とうもろこしでつくったパフ	○牛乳、さつま揚げ、生揚げ、豚肉、○ヨーグルト、しらす干し、うすら卵水煮、ちくわ、◎牛乳	バナナ、だいこん、○オレシジュース、だいこん(葉)、○みかん缶、にんじん、板こんにゃく	しょうゆ、酒、おでんの素、食塩、本みりん味ひとすじ、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) とうもろこしでつくったパフ(乳児)	ヨーグルト蒸しパン 牛乳
14土	ツナロールパン、くだものゼリー、牛乳	ツナロールパン、◎きなこせんべい	牛乳、◎牛乳	国産くだものゼリー		牛乳(乳児) きな粉せんべい(乳児)	
16月	みそ煮込み風うどん ちくわの磯辺揚げ(幼児)、とり天(乳児) 型抜きチーズ(幼児)、スティックチーズ(乳児)	うどん、○米、油、○天かす、◎野菜スティック	鶏肉、スティックチーズ、赤みそ、油揚げ、チーズ、とり天、ちくわの磯辺揚げ、とり天○あおりのり、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ	○めんつゆ・2倍濃縮、酒、本みりん味ひとすじ、しょうゆ、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) 野菜スティック(乳児)	福聚おにぎり、ほうじ茶
17火	クロワッサン、クラムチャウダー だいこんサラダ	じゃがいも、クロワッサン、有塩バター、三温糖、こま油、薄切り食パン、◎とうもろこしでつくったパフ	牛乳、○カルピス、シーフードミックス、ツナ、スキムミルク、○粉ゼラチン、◎牛乳	だいこん、たまねぎ、○カカオ1丁加、クリームコーン、○みかん缶、キャベツ、にんじん、コーン	シチューミックスクリーム、しょうゆ、酢、食塩、パイオン	牛乳(乳児) とうもろこしでつくったパフ(乳児)	カルピスゼリー ほうじ茶
18水	五目御飯、利久揚げの甘辛煮、のっぺい汁	米、さといも、○ミレービスケット、三温糖、白ごま、片栗粉、◎星のおせんべい	さつま揚げ、鶏肉、油揚げ、◎牛乳	にんじん、だいこん、しめじ、ごぼう、ねぎ、干しいたけ、○野菜ジュース	しょうゆ、酒、本みりん味ひとすじ、食塩、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) 星のおせんべい(乳児)	ミレービスケット カリボテスナック 野菜ジュース(幼児) ほうじ茶(乳児)
19木	ほうれん草カレーライス(雑穀入り) パンパンジー風サラダ、ぶどうゼリー	米、じゃがいも、三温糖、雑穀米、ねりごま(白)、○三温糖、油、こま油、◎ふわふわチップじゃがいも味	○ヨーグルト、豚肉・牛肉、鶏ささ身、◎牛乳	たまねぎ、ぶどう濃縮果汁、○フルーツミックス、○みかん缶、キャベツ、さやいんげん、にんじん、トマト、ほうれんそう、アガー	カレールー、酒、白だし、しょうゆ、食塩	牛乳(乳児) ふわふわチップじゃがいも味(乳児)	フルーツヨーグルト ほうじ茶
20金	御飯、マーボー豆腐、わかめスープ	米、三温糖、○厚切りパウムクーヘン、片栗粉、こま油、◎とうもろこしでつくったパフ	○牛乳、木綿豆腐、豚肉、赤みそ、わかめ、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、干しいたけ	酒、しょうゆ、鶏がらスープ、食塩	牛乳(乳児) とうもろこしでつくったパフ(乳児)	厚切りパウムクーヘン 牛乳
21土	ウインナーロールパン、くだものゼリー、牛乳	ウインナーロールパン、◎きなこせんべい	牛乳、◎牛乳	国産くだものゼリー		牛乳(乳児) きな粉せんべい(乳児)	
23月	御飯、かぼちゃコロケ キャベツと人参のサラダ、みそ汁	米、○畑のスナックカレー味、油、白ごま、三温糖、◎野菜スティック	○かぼちゃコロケ、木綿豆腐、赤みそ、ツナ、わかめ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん	しょうゆ、酢、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) 野菜スティック(乳児)	畑のスナックカレー味 牛乳かりんとう ほうじ茶
24火	御飯、肉団子の酢豚風、コンソメスープ	米、三温糖、◎とうもろこしでつくったパフ、○きなこせんべい	肉だんご、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、グリーンピース、パセリ粉	しょうゆ、酢、パイオン、ケチャップ、本みりん味ひとすじ、食塩	牛乳(乳児) とうもろこしでつくったパフ(乳児)	ヘアビスケットココア きなこせんべい ほうじ茶
25水	五目ラーメン、小籠包(幼児) しゅうまい(乳児)、ミニゼリー	中華麺、○米、こま油、◎星のおせんべい	豚肉、◎牛乳、しゅうまい	たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、ミニゼリー、干しいたけ	しょうゆ、酒、鶏がらスープ、食塩、○しそふりかけ	牛乳(乳児) 星のおせんべい(乳児)	しそおにぎり、ほうじ茶
26木	御飯、さばのみそ煮、かぶとにんじんの塩昆布あえ、すまし汁	米、三温糖、◎ふわふわチップじゃがいも味	赤みそ、さば、◎牛乳	かぶ(葉なし)、にんじん、しめじ、こまつな、○国産くだものゼリー、塩こんぶ、しょうが	しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、酒、本みりん味ひとすじ、食塩、白だし、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) ふわふわチップじゃがいも味(乳児)	国産みかんゼリー ほうじ茶
27金	御飯、肉じゃが、みそ汁	じゃがいも、米、三温糖、○玄米ほんせん醤油味、油、◎とうもろこしでつくったパフ	豚肉、赤みそ、油揚げ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、しらたき、にんじん、さやいんげん	しょうゆ、酒、本みりん味ひとすじ、かつお・昆布だしパック	牛乳(乳児) とうもろこしでつくったパフ(乳児)	玄米ほんせん醤油味 ほうじ茶

ポカポカ野菜を食べよう!

日東保育園の畑では、大根・かぶ・ねぎ・さといも・小松菜・ほうれんそうなど冬野菜が収穫されています。



大根が一番辛いのはどの部分?