

# 令和6年12月 幼児食献立表



miraiと〜びごども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
02 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 さばの煮つけ れんこんの黒糖きんぴら	米 砂糖 サラダ油、黒糖	米みそ、油揚げ さば 白ごま	はくさい、ほうれんそう れんこん、にんじん、たまねぎ	だし汁 しょうゆ、おろししょうが、酒 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 クリームパン	クリームパン	牛乳		
03 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ドリア 豚肉と白菜のスープ さつま芋のレモン煮	米、小麦粉、サラダ油、パン粉 さつまいも、砂糖	牛乳、鶏肉、バター、ピザ用チーズ 豚肉	たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム はくさい、こまつな レモン果汁	ケチャップ、鶏ガラスープ素、食塩、パセリ粉 鶏ガラスープ素、酒、食塩
	午後おやつ	牛乳 ミニアメリカンドッグ	ホットケーキミックス、サラダ油	牛乳 豆乳、ウインナー		ケチャップ
04 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン 豆乳コーンスープ 照り焼きハンバーグ キャベツサラダ	黒糖ロールパン 片栗粉 片栗粉、砂糖 マヨドレ	豆乳 豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐	クリームコーン、コーン たまねぎ キャベツ、にんじん、きゅうり	鶏ガラスープ素、食塩、パセリ粉 しょうゆ、みりん、食塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ヨーグルト 菓子	ぱりんこ	ココアもも		
05 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	まぜそば 小松菜のツナ酢あえ フルーツ	焼きそばめん、サラダ油、ごま油 砂糖	豚ひき肉、鶏ひき肉 ツナ缶	もやし、たまねぎ、にら、刻みのり こまつな、キャベツ みかん	だし汁、しょうゆ、みりん、かつお(粉末)、鶏ガラスープ素、こしょう しょうゆ、酢
	午後おやつ	牛乳 キャロットケーキ	ホットケーキミックス、サラダ油、粉糖	牛乳 牛乳	にんじん、レーズン、マーマレード	
06 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 すまし汁 さけのちゃんちゃん焼き バイクドかぼちゃ	米 焼麩 砂糖、サラダ油 サラダ油	木綿豆腐 米みそ、バター、鮭	わかめ キャベツ、しめじ、にんじん かぼちゃ	だし汁、しょうゆ、食塩 みりん、しょうゆ、食塩 食塩
	午後おやつ	牛乳 マカロニきな粉	マカロニ、砂糖	牛乳 きな粉		食塩
07 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	カレーピラフ フルーツカクテル	米、サラダ油	ベーコン	たまねぎ、ピーマン、にんじん みかん、もも缶	鶏ガラスープ素、カレー粉
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	
09 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	どて煮丼 かぶら汁 ひじきの白和え	米、砂糖 さといも ねりごま、砂糖	豚肉、さつま揚げ、みそ 木綿豆腐、すり白ごま	だいこん、たまねぎ、にんじん かぶ、ねぎ、かぶの葉 ほうれんそう、コーン、ひじき	だし汁、酒 だし汁、しょうゆ、食塩 しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳 さつま芋のりんご煮	さつまいも、砂糖	牛乳	りんご、レモン果汁	
10 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ふりかけごはん みそ汁 凍り豆腐とひき肉の煮物 フルーツ	米 じゃがいも 片栗粉、砂糖	米みそ 鶏ひき肉、凍り豆腐	たまねぎ、なめこ こまつな、にんじん、干しいたけ バナナ	アンパンマンふりかけ だし汁 だし汁、しょうゆ、みりん、食塩
	午後おやつ	牛乳 鮭マヨトースト	マヨドレ、食パン	牛乳 鮭フレーク	コーン	
11 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	とん汁うどん 野菜のゆかり和え フルーツヨーグルト	うどん、さといも、ごま油 砂糖	豚肉、米みそ ガゼリヨーグルト	だいこん、にんじん、ねぎ、ごぼう だいこん、きゅうり もも缶、パイナップル、みかん	だし汁、みりん しょうゆ、ふりかけ
	午後おやつ	牛乳 わかめおにぎり	米	牛乳	刻みのり、炊き込みわかめ	
12 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 ポタージュスープ チキンのチーズフライ 花野菜のカレーマリネ	米 小麦粉、サラダ油、パン粉 砂糖、オリーブオイル	牛乳 粉チーズ、豆乳、鶏肉	パセリ ブロッコリー、カリフラワー	コーンスープ 食塩、こしょう 酢、食塩、カレー粉
	午後おやつ	牛乳 菓子	菓子	牛乳		
13 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	焼きさばの混ぜごはん くずしれんこんみそ汁 かぼちゃの出汁醤油浸し	米 サラダ油	さば 米みそ、油揚げ	ねぎ れんこん、たまねぎ、にんじん かぼちゃ、黄パプリカ	みりん、しょうゆ、酒、おろししょうが だし汁 だし汁、みりん、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 まめびよ 菓子	ハッピーターン	まめびよ		
14 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ボロネーゼスパゲティ フルーツ	スパゲティ、砂糖、サラダ油	豚ひき肉、鶏ひき肉	ダイストマト缶、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、エリンギ バナナ	ケチャップ、ソース、食塩、おろしにんにく
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	
16 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 チキンのカレーマヨ焼き 切干大根のサラダ	米 さといも マヨドレ 砂糖、ごま油	米みそ 鶏肉 ツナ缶	ねぎ、わかめ きゅうり、コーン、切り干しだいこん	だし汁 酒、カレー粉、食塩 しょうゆ、酢
	午後おやつ	牛乳 菓子	じゃがりこ、サッポロポテト	牛乳		

# 令和6年12月 幼児食献立表



miraiと〜びこども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
16 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 チキンのカレーマヨ焼き 切干大根のサラダ	米 さといも マヨドレ 砂糖、ごま油	米みそ 鶏肉 ツナ缶	ねぎ、わかめ  きゅうり、コーン、切り干しだいこん	だし汁 酒、カレー粉、食塩 しょうゆ、酢
	午後おやつ	牛乳 菓子	じゃがりこ、サッポロポテト	牛乳		
17 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ごましらす菜飯 みそ汁 さばの塩焼き きゅうりの酢の物	米  砂糖	しらす干し、白ごま 米みそ、油揚げ さば	だいこん、しめじ  きゅうり、にんじん、わかめ	菜飯の素 だし汁 食塩 酢、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 もちもち抹茶おにまんじゅう	さつまいも、小麦粉、三温糖、白玉粉	牛乳		食塩
18 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 豚肉のすき焼き風煮物 フルーツ	米 焼麩 砂糖	みそ、油揚げ 豚肉	ほうれんそう はくさい、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ みかん	だし汁 しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、サラダ油	牛乳		
19 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ポークストロガノフ かぼちゃサラダ フルーツカクテル	米、米粉、サラダ油 マヨドレ、コーンフレーク	豚肉、豆乳 ツナ水煮	たまねぎ、にんじん、しめじ かぼちゃ、たまねぎ、きゅうり みかん、もも、パイナップル	クチャップ、食塩、ウスターソース、鶏ガラスープ素、おろしにんにく、こしょう、パセリ粉 食塩
	午後おやつ	ジュース 誕生日ケーキ	ショートケーキ		オレンジジュース	
20 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	マーボー豆腐丼 ワンタンスープ もやしとわかめのナムル	米、片栗粉、砂糖、ごま油 ワンタンの皮 ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ 卵 白ごま	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが しめじ、ねぎ もやし、きゅうり、わかめ	酒、しょうゆ 鶏ガラスープ素、食塩 鶏ガラスープ素、食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	ぼたぼた焼き	牛乳		
21 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	チャーハン フルーツ	米、ごま油	豚ひき肉	たまねぎ、にんじん、ねぎ キウイフルーツ	しょうゆ、鶏ガラスープ素
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	
23 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	チーズトースト 豆乳クリームシチュー はるさめサラダ フルーツ	食パン じゃがいも、米粉、サラダ油 春雨、砂糖、サラダ油	チーズ 豆乳、鶏肉 ハム	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん きゅうり、コーン オレンジ	鶏ガラスープ素、酒、食塩 酢、食塩
	午後おやつ	牛乳 手作りアップルパイ	ワンタンの皮、砂糖	牛乳 バター	りんご	
24 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	トナカイライス リボンサラダ ミネストローネ ゼリー	米、サラダ油 マカロニ、マヨドレ じゃがいも、油、砂糖	ハム ツナ缶 ウインナー	れんこん、にんじん、のり きゅうり、コーン トマトジュース、たまねぎ、キャベツ、にんじん ゼリー	ウスターソース、ケチャップ しょうゆ 鶏ガラスープ素、食塩、おろしにんにく、カレー粉、パセリ粉
	午後おやつ	飲むヨーグルト 米粉入りもちりバナナパン	小麦粉、米粉、サラダ油、砂糖	アシドミルク 牛乳	バナナ、レモン果汁	
25 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 すまし汁 さけのサラダ焼き ひじきの煮物	米 マッシュポテト、サラダ油 さつまいも、ごま油、砂糖	鮭 油揚げ	こまつな、えのきたけ、わかめ クリームコーン にんじん、ひじき	だし汁、しょうゆ、食塩 酢、食塩、こしょう しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 ケーキサレ	ホットケーキミックス、砂糖、サラダ油	牛乳 豆乳、ベーコン	たまねぎ、コーン	ケチャップ、食塩
26 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 わかめスープ 鶏肉のトマトソース煮 りんご入りポテトサラダ	米 サラダ油、砂糖、片栗粉 じゃがいも、マヨドレ	白ごま 鶏肉	もやし、ねぎ、わかめ たまねぎ、赤パプリカ、にんにく りんご、にんじん、きゅうり	鶏ガラスープ素、食塩 ケチャップ、酒、鶏ガラスープ素、食塩、こしょう 食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	かっぱえびせん	牛乳		
27 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	きのこクリームライス ガーリックブロッコリー フルーツカクテル	米、米粉 オリーブオイル	牛乳、豚肉、牛ひき肉、バター	たまねぎ、えのきたけ、エリンギ、しめじ、コーン ブロッコリー もも缶、パイナップル、みかん	酒、鶏ガラスープ素、食塩、おろしにんにく、パセリ粉 おろしにんにく、食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	ベジたべる	牛乳		
28 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	みそ煮込みうどん フルーツ	うどん、砂糖	鶏肉、みそ、ちくわ、油揚げ	にんじん、ねぎ パイナップル	だし汁、みりん
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	

- ☆ 午前おやつは、乳児クラスのみ提供になります。
- ☆ 天候や仕入れ状況により、やむを得ず食材を変更する場合があります。

組 氏名

---