12　月　の　給　食

社会福祉法人　今川学園
今川学園　園長　篠瀬　実千

		献立	食材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ
1	火	雑穀ご飯 肉じゃが ほうれん草のおかか和え なすとうす揚げのみそ汁	米・雑穀 牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・砂糖・みりん・淡口醤油・だし汁・油 ほうれん草・人参・かつお節・醤油 なす・うす揚げ・ねぎ・みそ・だし	木の葉せんべい 牛乳	みかん缶	さやえんどう 幼児牛乳
2	水	ご飯 鶏肉の梅マヨ焼き ひじきの煮物 白菜とえのきのみそ汁	米 鶏肉・梅肉・しそ・マヨネーズ ひじき・糸こんにゃく・うす揚げ・人参・だし・砂糖・みりん・醤油・ごま油 白菜・えのき・青ねぎ・みそ・だし	星っこ 牛乳	ミニゼリー	サッポロポテト 幼児牛乳
3	木	ご飯 ★鰺のかばやき 春雨の梅焼きサラダ さつま汁	米 鰺・生姜・片栗粉・油・砂糖・醤油・みりん 春雨・梅焼き・きゅうり・ごま・淡口醤油・砂糖・酢・ごま油 さつま芋・人参・大根・板こんにゃく・ねぎ・平天・みそ・だし	紫芋チップ 牛乳	おさかなソーセージ	牛乳かりんとう 幼児牛乳
4	金	ご飯 炒り鶏 ブロッコリーの塩昆布和え きのこのスープ	米 鶏肉・人参・ごぼう・三度豆・里芋・干し椎茸・板こんにゃく・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油・だし ブロッコリー・塩昆布・ごま油 しめじ・えのき・エリンギ・鶏ガラ・パセリ	きなこせんべい 牛乳	もも缶	マシュマロおこし （コーンフレーク・マシュマロ・バター） 幼児牛乳
5	土	おにぎり（鮭・ごま塩） 牛肉の甘みそいため（土曜） 小松菜とツナのごま酢和え2	米・鮭ビン・ごま塩 牛肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・油・みそ・酒・砂糖・醤油・ごま油 小松菜・ツナ・すりごま・酢・淡口醤油	ソフトな塩せん 牛乳	ミニゼリー	芋けんぴ 幼児牛乳
7	月	カレーうどん 野菜コロッケ② 千切大根の塩昆布和え	うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・うす揚げ・カレールゥ・酒・淡口醤油・片栗粉・だし 馬鈴薯・野菜パン粉・小麦粉・玉ねぎ・人参・パン粉・小麦粉加工品・とうもろこし・砂糖・さやいんげん・でん粉・ラード・食塩・たん白加水分解質・調味料（アミノ酸等）・着色料（パプリカ粉末）・増粘多糖類・水・油 千切大根・三度豆・塩昆布・ポン酢・ごま油	おかかせんべい 牛乳	パイン缶	ツナマヨクラッカー （クラッカー・ツナ缶・マヨネーズ・パセリ） 幼児牛乳
8	火	ご飯 ミニおでん レタスののりサラダ 舞茸とほうれん草のみそ汁	米 鶏肉・じゃが芋・絹揚げ・大根・人参・平天・こんにゃく・砂糖・酒・淡口醤油・みりん・だし レタス・じゃこ・刻みのり・濃口醤油・酢・油 舞茸・ほうれん草・みそ・だし	野菜入りソフトせん 牛乳	ベビーダノン	ふわっと 幼児牛乳
9	水	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 三度豆のおかか和え 大根となめこのすまし汁	米 鮭・玉ねぎ・キャベツ・人参・えのき・みそ・砂糖・醤油 三度豆・人参・おかか・醤油 大根・なめこ・ねぎ・醤油・だし	おさつでポン 牛乳	みかん缶	ももゼリー 幼児牛乳
10	木	ご飯 チンジャオロース風炒め ほうれん草のごま和え わかめスープ	米 牛肉・玉ねぎ・ピーマン・たけのこ水煮・人参・生姜・砂糖・みりん・醤油・オイスターソース・酒・塩・片栗粉・ごま油 ほうれん草・人参・ごま・醤油・だし わかめ・春雨・鶏ガラ	ひじきあられ 牛乳	スティックチーズ	りんご 幼児牛乳
11	金	ミートソーススパゲティ ブロッコリーのじゃこ和え ★キャベツとベーコンのスープ	スパゲティ・合いびき肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース・にんにく・ケチャップ・トマトピューレ・ウスターソース・塩・こしょう・砂糖・油 ブロッコリー・じゃこ・淡口醤油・ごま油 キャベツ・ベーコン・人参・鶏ガラ	米粉ロールクッキー 牛乳	ミニゼリー	生クリームケーキ ホットココア ホットココア（ココア・牛乳・スキムミルク） 幼児牛乳
12	土	肉野菜あんかけ丼 野菜ゼリー	米　木綿豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ニラ・片栗粉・醤油・酒・砂糖・みりん・だし・油 野菜ゼリー	ふわふわチップ 牛乳		塩味せんべい 幼児牛乳
14	月	ご飯 豆腐のふんわり揚げ きゅうりの酢の物（じゃこ） じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	米 木綿豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・れんこん・青ねぎ・濃口醤油・片栗粉・油 きゅうり・じゃこ・わかめ・砂糖・酢・醤油 じゃが芋・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし	ミニわかめちゃん 牛乳	もも缶	みかん 幼児牛乳
15	火	ご飯 鯖の塩焼き 高野豆腐の卵とじ（副菜） 麸とわかめのすまし汁	米 鯖・酒・塩 高野豆腐・卵・玉ねぎ・人参・グリーンピース・だし・酒・砂糖・みりん・淡口醤油 麸・わかめ・醤油・だし	かぼちゃボーロ 牛乳	ミニゼリー	ムーンライト 幼児牛乳
16	水	三色丼 春雨サラダ 根菜のみそ汁	米・鶏ひき肉・卵・三度豆・砂糖・醤油・酒・みりん・塩 春雨・きゅうり・ハム・コーン・醤油・砂糖・酢・ごま油 れんこん・里芋・人参・ごぼう・ねぎ・みそ・だし	ベジタブルせん 牛乳	いちごヨーグルト	ぽたぽた焼きするめ（幼児） 幼児牛乳

		献立	食材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ
17	木	ご飯 ぶり大根 小松菜の納豆和え はんぺんと水菜のすまし汁	米 鰤・大根・生姜・砂糖・酒・みりん・淡口醤油 小松菜・納豆・醤油 はんぺん・水菜・醤油・だし	おかかせんべい 牛乳	パイン缶	ココナッツサブレ 幼児牛乳
18	金	米粉パン クリスマスチキン コールスローサラダ クリームシチュー（エビ入り）	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 鶏肉・生姜・にんにく・濃口醤油・みりん・酒・油 キャベツ・人参・きゅうり・コーン・フレンチドレッシング えび・玉ねぎ・じゃが芋・人参・ブロッコリー・クリームシチュー・スキムミルク	野菜入りソフトせん 牛乳	ミニゼリー	クリスマスカップケーキ （米粉・ココア・甜菜糖・BP・豆乳・油・生クリーム） 幼児牛乳
19	土	おにぎり（わかめ・じゃこかつお）② 吉野煮2 ほうれん草の磯和え（土曜）	米・わかめ・じゃこ・かつおぶし・濃口醤油 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・ごぼう・がんも・こんにゃく・淡口醤油・酒・砂糖・みりん・片栗粉・だし・油 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油	紫芋チップ 牛乳	ミニゼリー	ばりんこ 幼児牛乳
21	月	ハヤシライス マカロニサラダ パイナップルヨーグルト	米・牛肉・玉ねぎ・エリンギ・人参・ハヤシフレーク・とろけるハヤシ・油 マカロニ・人参・コーン・きゅうり・マヨネーズ・レモン汁・塩・こしょう ブルガリアヨーグルト・パイン缶・砂糖・スキムミルク	星っこ 牛乳	おさかなソーセージ	ビスコ/チップスター（幼児） 幼児牛乳
22	火	ご飯 鰆の幽庵焼き 大豆の五目煮 里芋と玉ねぎのみそ汁	米 鰆・淡口醤油・みりん・酒・柚子 大豆・ごぼう・人参・板こん・干し椎茸・ひじき・絹揚げ・砂糖・みりん・淡口醤油・だし・油 里芋・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし	米粉ロールクッキーかぼちゃ味 牛乳	ベビーダノン	ポップコーン（手作り） （ポップコーン・塩・油） 幼児牛乳
23	水	豚ひき肉の春雨丼 三度豆のごま和え のっぺい汁	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・椎茸・春雨・酒・鶏ガラスープ・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 三度豆・人参・すりごま・濃口醤油 鶏肉・大根・人参・絹揚げ・里芋・なめこ・椎茸・だし・醤油・みりん・片栗粉	木の葉せんべい 牛乳	ミニゼリー	チョイス 幼児牛乳
24	木	みそラーメン 春巻き さつまいもとれんこんのきんぴら	中華めん・豚肉・キャベツ・人参・ほうれん草・青ねぎ・コーン・油・ブイヨン・みそ・みりん・醤油・ごま油 玉ねぎ・キャベツ・竹の子・人参・もやし・春雨・鶏肉・小麦粉・醤油・塩・砂糖・油 さつまいも・れんこん・ごま・濃口醤油・砂糖・ごま油	おさつでポン 牛乳	スティックチーズ	きなこおにぎり （米・きな粉・砂糖・塩） 幼児牛乳
25	金	ご飯 鶏の唐揚げ ブロッコリーの梅肉和え 冬瓜と三つ葉のすまし汁	米 鶏肉・生姜・にんにく・塩・米粉・片栗粉・油 ブロッコリー・豆苗・梅肉・ポン酢・おかか 冬瓜・三つ葉・淡口醤油・だし	ミニわかめちゃん 牛乳	ブルーベリーヨーグルト	バナナ 幼児牛乳
26	土	豚みそ丼2 みかんゼリー	米・豚肉・糸こんにゃく・干しいたけ・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・片栗粉・ごま油 みかんゼリー	こめ棒くん 牛乳		塩味せんべい 幼児牛乳
28	月	ご飯 照り焼きチキン ほうれん草と人参のお浸し 豆腐と玉ねぎのみそ汁	米 鶏肉・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 ほうれん草・人参・だし・醤油 豆腐・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし	ふわふわチップ 牛乳	ミニゼリー	源氏パイ 幼児牛乳
29	火		年末休園			
30	水					
31	木					

今月の郷土料理は鹿児島県のさつま汁です。さつまいもや大根、にんじん、こんにゃくなどが入った味噌仕立ての汁物です。鹿児島県の家庭では昔からさつま鶏を入れて食べられています。野菜のふくよかな旨みで、身体がしっかりあたたまる寒い時期にぴったりな郷土汁です♪

※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1～2歳児のみの提供です。
※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal　幼児：511 kcal　です。