

# 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	献立	食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	
1	木	ご飯 鶏肉の梅焼き きゅうりの酢の物(じゃこ) じゃが芋としいたけのすまし汁	米 鶏肉・梅肉・青しそ・砂糖・酒 きゅうり・じゃこ・わかめ・砂糖・酢・醤油 じゃが芋・しいたけ・ねぎ・醤油・かつおだし	木葉 せんべい	みかん缶	ビスコ	17 土	おにぎり(わかめ・ごま塩) 吉野煮2 ほうれん草のお浸し(土曜)	米 混ぜるわかめ ごま塩 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ごぼう・がんとん・こんにゃく・淡口醤油・酒・砂糖・みりん・片栗粉・こんぶだし・油 ほうれん草・しめじ・こんぶだし・醤油	こめ棒くん	ミニゼリー	ポップコーン	
2	金	ご飯 ミニおでん ほうれん草のおかか和え なめこと豆腐のみそ汁	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・かつおだし ほうれん草・人参・かつお節・醤油 なめこ・豆腐・青ねぎ・みそ・かつおだし	星っこ	スティック チーズ	エースコイン	19 月	ご飯 ★鶏肉の治部煮 さつまいもとれんこんのきんぴら 麩と三つ葉のすまし汁	米 鶏肉・砂糖・小麦粉・大根・人参・酒・醤油・片栗粉 さつまいも・れんこん・ごま・濃口醤油・砂糖・ごま油 麩・三つ葉・醤油・かつおだし	こめ せんべい	みかん缶	ファイバーヨーグルト	
3	土	おにぎり(ゆかり・ひじき) 炒り鶏2 小松菜のおひたし(土曜)	米 ひじき・ごま油・醤油・砂糖・みりん・ゆかり 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・醤油・ごま油・こんぶだし 小松菜・コーン・淡口醤油・こんぶだし	おさつで ボン	ミニゼリー	ソフトサラダせん	20 火	ご飯 豆腐のふんわり揚げ 小松菜のごま酢和え 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 小松菜・人参・すりごま・酢・淡口醤油・ごま油 じゃが芋・玉ねぎ・ねぎ・みそ・こんぶだし	木葉 せんべい	もも缶	味しらべ	
5	月	ハヤシライス カニスパサラダ バ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 スパゲティ・カニカマ・きゅうり・コーン・マヨネーズ・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	きなこ せんべい	おさかな ソーセージ	ミレービスケット	21 水	玄米入り米粉パン (びよびよ組のみ食パン) 鶏ささみのレモン煮 マカロニサラダ クラムチャウダー	米粉・玄米粉・食物繊維・なたね油・砂糖・ドライイースト・食塩・トレハロース・加工でんぷん・環状多糖類 O子組のみ食パン 食パン 鶏ささみ・酒・塩・こしょう・片栗粉・醤油・砂糖・酢・レモン汁・油 マカロニ・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ・レモン汁・塩・こしょう ベーコン・ほたて・玉ねぎ・じゃが芋・人参・チャウダーの素・スキムミルク・パセリ	米粉ロール クッキー かぼちゃ味	ブルーベリー ヨーグルト	鉄分おにぎり (小松菜・ごま・ かつお節・ごま油)	
6	火	雑穀ご飯 肉じゃが ほうれん草の磯和え 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・こんぶだし・油 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油 なす・うす揚げ・ねぎ・みそ・こんぶだし	紫芋 チップ	ミニゼリー	ばりんこ	22 木	ご飯 鯖の幽庵焼き 大豆の五目煮 里芋と玉ねぎのみそ汁	米 鯖・淡口醤油・みりん・酒・柚子 大豆・ごぼう・人参・板こんにゃく・干し椎茸・ひじき・絹揚げ・砂糖・みりん・淡口醤油・かつおだし・油 里芋・玉ねぎ・ねぎ・みそ・かつおだし	星っこ	スティック チーズ	みかん	
7	水	ご飯 ぶりの照り焼き がんもの煮物 豆腐と三つ葉のすまし汁	米 鱈・生姜・酒・みりん・砂糖・淡口醤油・片栗粉 がんも・人参・大根・かつおだし・醤油・砂糖・みりん 豆腐・三つ葉・醤油・かつおだし	野菜入り ソフトせん	もも缶	カリポテ	23 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・ワスターソース・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	紫芋 チップ	ミニゼリー	ワッフル ホットココア ホットココア (ココア・牛乳・ スキムミルク)	
8	木	五目ラーメン 春巻き 小松菜の納豆和え	中華めん・豚肉・ちくわ・卵・ほうれん草・人参・もやし・椎茸・ウェイパー・醤油 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 小松菜・納豆・醤油	米粉ロール クッキー	ベビー ダノン	マシュマロおこし (コーンフレーク・ マシュマロ・バター)	24 土	豚みそ丼2 りんごゼリー	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 りんごゼリー	おさつで ボン		塩味せんべい	
9	金	米粉パン (びよびよ組のみ食パン) タンドリーチキン コールスローサラダ きのこのスープ	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 食パン 鶏肉・ヨーグルト・ケチャップ・カレー粉・塩 キャベツ・人参・きゅうり・コーン・フレンチドレッシング しめじ・えのき・エリンギ・鶏ガラ・パセリ	ひじき あられ	ミニゼリー	りんご	26 月	ご飯 豚肉の生姜焼き ★ブロッコリーの塩白和え 麩とわかめのみそ汁	米 豚肉・土生姜・もやし・玉ねぎ・りんご・酒・みりん・醤油・油 ブロッコリー・人参・豆腐・白ごま・塩・ごま油 麩・わかめ・ねぎ・みそ・かつおだし	ふわふわ チップ じゃが芋味	ベビー ダノン	源氏パイ	
10	土	肉野菜あんかけ丼(土曜日) ぶどうゼリー	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・こんぶだし・油 ぶどうゼリー	ソフトな 塩せん		ぼたぼた焼き	27 火	ご飯 鯖の塩焼き 高野豆腐の卵とし(副菜) もずくのすまし汁	米 鯖・酒・塩 高野豆腐・卵・玉ねぎ・人参・グリーンピース・かつおだし・酒・砂糖・みりん・淡口醤油 もずく・玉ねぎ・ねぎ・醤油・かつおだし	ソフトな 塩せん	パイン缶	プリン (プリンの素)	
12	月	ご飯 牛肉の甘みそいため ほうれん草のごま和え わかめスープ	米 牛肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ごま油・みそ・酒・ごま・砂糖・醤油 ほうれん草・人参・ごま・醤油・こんぶだし わかめ・春雨・鶏ガラ	ふわふわ チップ にんじん味	パイン缶	さやえんどう	28 水	ご飯 照り焼きチキン ほうれん草とコーンのお浸し 春菊と舞茸のみそ汁	米 鶏肉・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 ほうれん草・コーン・淡口醤油・こんぶだし 春菊・まいたけ・玉ねぎ・みそ・こんぶだし	ひじき あられ	ミニゼリー	星たべよ	
13	火	さつまいもご飯 鮭の塩麹焼き 春雨サラダ うす揚げと玉ねぎのみそ汁	米・さつまいも・塩 鮭・塩麹 春雨・きゅうり・ハム・コーン・醤油・砂糖・酢・ごま油 うす揚げ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・かつおだし	こんぶ おかき	スティック チーズ	チョイス	29 木						
14	水	すき焼き風うどん 野菜コロッケ② ★小松菜ののり酢和え	うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・ほうれん草・椎茸・砂糖・醤油・みりん・かつおだし 野菜(馬鈴薯・玉ねぎ・人参・とうもろこし・さやいんげん)、パン粉、小麦粉加工品、砂糖、ラード、食塩、たん白加水分解物、衣(野菜パン粉、小麦粉、でん粉)/調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦、乳成分、大豆を含む) 小松菜・キャベツ・人参・もやし・ツナ・刻みのり・醤油・酢	かぼちゃ ポーロ	いちご ヨーグルト	ふわっとえび味	30 金						
15	木	中華丼 三度豆のごま和え えのきと水菜のすまし汁	米 豚肉・白菜・糸こんにゃく・椎茸・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・ごま油・片栗粉 三度豆・人参・すりごま・濃口醤油 えのき・水菜・淡口醤油・こんぶだし	ベジタブル せん	ミニゼリー	バナナ	31 土						
16	金	ご飯 ★もみの木ハンバーグ ブロッコリーのサラダ きのこのクリームシチュー	米 食肉(鶏肉・豚肉)、玉ねぎ、豚肉、粒状植物性たん白(大豆を含む)、砂糖、水溶性食物繊維、粉末状植物性たん白、酵母エキス、トマトペースト、ぶどう糖、食塩、にんにくペースト、香辛料、生姜ペースト、炭酸Ca・ピロリン酸第二鉄・ウスター・ケチャップ・みりん ブロッコリー・人参・コーン・フレンチドレッシング しめじ・えりんぎ・まいたけ・しいたけ・クリームシチュー・スキムミルク・パセリ	とうもろこし ハフスナック	もも缶	クリスマスカップケーキ (米粉・ココア・甜菜糖・ BP・豆乳・サラダ油・ 生クリーム)							

年末休園

今月の郷土料理は石川県を代表する治部煮です。  
江戸時代からの伝統ある一品で煮ている時に「しぶしぶ」という音がするため治部煮と名付けられたそうです  
鴨肉で作られることが多いですが保育園では鶏肉で提供します♪  
※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。

