

令和3年12月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	
1	水	「飯	五目炒り豆腐 パンサンスー フルーツ ☆牛乳・スイートポテト	豆腐・牛ひき肉・鶏卵 錦糸卵・蒲鉾 牛乳	油・砂糖 春雨・ごま・ごま油・砂糖 さつま芋・砂糖・マーガリン・コーンフレーク	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン 人参・玉ねぎ・きゅうり 果物
2	木	「飯	ひよこ豆とウインナーのカレー キャベツとハムのサラダ フルーツ ☆牛乳・お誕生日ケーキ	ひよこ豆・ウインナー・スキムミルク ハム・わかめ 牛乳・鶏卵・生クリーム	じゃが芋・カレールウ・油 油・砂糖 砂糖・油・小麦粉	人参・玉ねぎ・ほうれん草 キャベツ・きゅうり・人参 果物 フルーツ缶
3	金	「飯	豚肉のみそ炒め 切干大根のごまネーズ フルーツ ☆牛乳・ミルクゼリー・いりこ	豚肉 ハム 牛乳・いりこ	油・砂糖・みそ ごま・砂糖・マヨネーズ ゼリーの素	人参・玉ねぎ・ピーマン・キャベツ 切干大根・小松菜 果物
4	土	「パスタ	クリームスープスパゲティ 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	ベーコン・牛乳・スキムミルク 青のり 牛乳	スパゲティ・シチューの素 じゃが芋 お菓子	人参・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草 果物
6	月	「飯	大根と豚肉の煮物 マカロニサラダ フルーツ ☆牛乳・黒糖ドーナツ	豚肉・油揚げ 牛乳・鶏卵	油・砂糖 マカロニ・マヨネーズ ホットケーキミックス・黒砂糖・油	人参・大根・大根葉・生姜 人参・きゅうり・キャベツ・コーン 果物
7	火	「飯	かき揚げ いんげんのごま和え みそ汁 ☆フルーツヨーグルト	えび 油揚げ・みそ・煮干し・わかめ ヨーグルト・スキムミルク	さつま芋・小麦粉・油 ごま・砂糖	人参・玉ねぎ・れんこん・ピーマン いんげん・人参 人参・白菜・葱 フルーツ缶
8	水	「飯	魚のポテトフレーク焼き 白菜の塩昆布和え すまし汁 ☆牛乳・甘辛団子	さけ 塩昆布・ツナ缶 昆布 牛乳・豆腐	マヨネーズ・乾燥マッシュポテト ごま油 おつゆふ 白玉粉・砂糖・片栗粉	白菜 人参・えのき・みつば
9	木	「飯	筑前煮 ほうれん草のおひたし フルーツ ☆牛乳・カレーパン	鶏肉・うずら卵・昆布 かつお節 牛乳・合いびき肉	じゃが芋・油・砂糖・板麹菌 ロールパン・カレールウ・油	人参・ごぼう・竹の子・いんげん・干し椎茸 ほうれん草・人参・キャベツ 果物 人参・玉ねぎ
10	金	「パン	クリームシチュー りっちゃんのサラダ フルーツ ☆さけむすび	豚肉・牛乳・スキムミルク・粉チーズ ハム・鰹節・塩昆布 さけ	じゃが芋・シチューの素・油 油・砂糖 精白米	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり・人参・コーン・ミニトマト 果物
11	土	「飯	チャーハン わかめスープ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	焼き豚 わかめ 牛乳	精白米・油 ごま お菓子	人参・玉ねぎ・ピーマン 人参・玉ねぎ・葱 果物
13	月	「飯	回鍋肉 ひじきとれんこんのサラダ フルーツ ☆牛乳・おさつスティック	豚肉・赤みそ ひじき・ツナ缶 牛乳	砂糖・ごま油 マヨネーズ・ごま さつま芋・油	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・竹の子・生姜 れんこん・コーン・キャベツ 果物
14	火	「飯	凍り豆腐のオランダ煮 春雨の酢の物 フルーツ ☆牛乳・あんカステラ	凍り豆腐・鶏肉 ちりめん 牛乳・鶏卵・豆乳	じゃが芋・油・片栗粉・砂糖 春雨・砂糖 ホットケーキミックス・マーガリン・こしあん	人参・玉ねぎ・ピーマン 人参・きゅうり・コーン 果物
15	水	「パン	オムレツ ブロッコリー 豆乳スープ ☆牛乳・クラッカーサンド	鶏ひき肉・鶏卵 えび・豆乳 牛乳・チーズ	油 じゃが芋 クラッカー	人参・玉ねぎ・ピーマン ブロッコリー 玉ねぎ・白菜・パセリ ジャム



29日はおかず入りのお弁当を持ってきてください。