

2024年

12月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
2	月	麦ごはん(未満児用) 厚揚げとキャベツの回鍋肉 清汁(かまぼこ)	牛乳(未満児) みかん70g(未満児) スキムミルク おからスコーン	牛乳・豚肉・厚揚げ・ かまぼこ・塩わかめ・ 脱脂粉乳・鶏卵・おから	精白米・押麦・植物油 ・三温糖・ごま油・ ホットケミックス・バター	みかん・キャベツ・たまねぎ・ にんじん・ピーマン・えのきたけ	赤色辛みそ・清酒・濃口 しょうゆ・かつお昆布だし・ 食塩
3	火	麦ごはん(未満児用) 鯉のごま揚げ ゆでブロッコリー(25g) チンゲンサイのスープ	牛乳(未満児) もも(缶)30g(未満児) スキムミルク ジャムサンド するめ	牛乳・紅鮭・鶏卵・鶏 肉・脱脂粉乳・するめ	精白米・押麦・小麦 粉・片栗粉・いり白ご ま・黒ごま・揚げ油・ 食パン・いちごジャム	もも缶・ブロッコリー・チンゲンサイ・ たまねぎ・にんじん	濃口しょうゆ・鳥がらだし・ 食塩
4	水	十六穀米ごはん かみかみバーグ にんじんの甘煮 洋風みそ汁	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) スキムミルク 黒糖豆乳ゼリー	牛乳・牛ひき肉・豚ひ き肉・ひじき・ペーコン・ 脱脂粉乳・粉寒天・豆 乳・きな粉	ケール・精白米・赤米・ 植物油・パン粉・三温 糖・じゃがいも・黒砂 糖	たまねぎ・ホールコン缶・にんじ ん・キャベツ・青ねぎ	濃口しょうゆ・食塩・煮 干しだし・米みそ
5	木	和風スープスパゲティ みかん(100g)	牛乳(未満児) パンアップル缶(缶)30g(未満児) スキムミルク 黒ごまとチーズ入りクッキー	牛乳・鶏肉・脱脂粉 乳・鶏卵・粉チーズ	スパゲティ・植物油・小麦 粉・三温糖・バター・黒 ごま	パンアップル缶・キャベツ・みず な・たまねぎ・にんじん・生 しいたけ・しめじ・にんに く・みかん	食塩・濃口しょうゆ
6	金	ロールパン(未満児用) かぼちゃシチュー きゅうりとだいこんのカーマレ	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク 米粉のにんじんおやき	牛乳・鶏肉・脱脂粉 乳・豆乳	せんべい・ロールパン・植 物油・バター・小麦粉・ 三温糖・グラニュー糖・米 粉	かぼちゃ・たまねぎ・にんじ ん・カブ・冷凍グリーンピース・ きゅうり・だいこん・レモン (汁使用)・干しぶどう	鳥がらだし・食塩・コン メ・食塩(塩もみ用)・カ レー粉・ベーキングパウダー・バ イロックス
21	土	汁ビーフン ヨーグルト(固形)	チーズ10g(未満児) 豆乳 バナナ(75g) クラッカー(15g)	プロセッサー・豚肉・かま ぼこ・あさり水煮缶・ 加糖ヨーグルト・調整豆乳	ビーフン・植物油・ごま 油・クラッカー	キャベツ・たまねぎ・にんじ ん・もやし・ピーマン・乾しい たけ・しょうが・バナナ	食塩・清酒・濃口しょう ゆ・カレーパウダー・中華 スープの素・鳥がらだし
9	月	麦ごはん(未満児用) 清汁(生しいたけ・白玉ふ) (未満児用) 魚のごまみそ焼き トマト(32g) れんこんとツナの甘辛炒め	牛乳(未満児) みかん(缶)(未満児) 豆乳 お好み焼き	牛乳・白身魚・まぐろ 油漬缶・調整豆乳・鶏 卵・ロースム・脱脂粉乳・ あおのり	精白米・押麦・白玉 ふ・すりごま・植物油 ・三温糖・やまい も・小麦粉	みかん缶・生しいたけ・青ね ぎ・トマト・れんこん・にんじ ん・さやいんげん・キャベツ	煮干しだし・食塩・濃口 しょうゆ・みりん・米み そ・清酒・かつおだし・ウ スターソース・トマトチャップ
10	火	ぶどうパン(未満児用) タンドリーチキン 焼きかぼちゃ(30g) キャベツとコーンの豆乳スープ	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) スキムミルク 肉万十	牛乳・鶏肉・豆乳・調 整豆乳・脱脂粉乳・豚 ひき肉	ケール・ぶどうパン・ じゃがいも・植物油・ 三温糖・ホットケミックス	しょうが・にんにく・レモン 果汁・かぼちゃ・ホールコン缶・キャ ベツ・たまねぎ・にんじん・ パセリ	カレー粉・食塩・トマトチャ ップ・鳥がらだし・コンソ メ
11	水	麦ごはん(未満児用) ブイヤベース 小松菜のオイスターソース炒め	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) 豆乳 大学いも	牛乳・プロセッサー・白身 魚・牛肉・調整豆乳	精白米・押麦・じゃがい も・オリーブ油・植物油 ・三温糖・さつまい も・揚げ油・黒ごま	トマト缶・たまねぎ・にんに く・パセリ・こまつな・にんじ ん・ホールコン缶	白ワイン・コンソメ・食塩・オイ スターソース・清酒・濃口しょう ゆ
25	水	ホットドッグ サラダ菜(7g) カラフルポテトサラダ コーンスープ いちご(50g)	牛乳(未満児) スキムミルク プリン・ア・ラ・モード	牛乳・ウイナナーソース・ロ ースム・鶏肉・脱脂粉乳	ロールパン・マーガリン・植 物油・じゃがいも・マヨネ ーズ・小麦粉・カスタープリ ン・生クリーム(植物性)・ 三温糖	キャベツ・チリソース・にんじん・ きゅうり・クリームコン缶・たま ねぎ・パセリ・いちご・キウ イフルーツ・みかん缶	食塩・トマトチャップ・食塩 (塩もみ用)・鳥がらだ し
12	木	麦ごはん(未満児用) すきやき かぶのサラダ	牛乳(未満児) パンアップル缶(缶)30g(未満児) カルピス 黒ごまマフィン いりいりこ	牛乳・牛肉・焼き豆 腐・ロースム・鶏卵・煮干 し	精白米・押麦・植物油 ・三温糖・ホットケミク ス・黒ごま	パンアップル缶・糸こんにゃ く・はくさい・たまねぎ・に んじん・えのきたけ・青ね ぎ・かぶ・パセリ	濃口しょうゆ・食塩(塩 もみ用)・食酢・食塩・ 乳酸菌飲料
13	金	麦ごはん(未満児用) 納豆の天ぷら トマト(32g) さといものみそ汁	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク みかん(70g) サブレ	牛乳・納豆・あおの り・鶏卵・厚揚げ・脱 脂粉乳	せんべい・精白米・押 麦・小麦粉・揚げ油・ さといも・サブレ	にんじん・トマト・たまねぎ・ 青ねぎ・みかん	濃口しょうゆ・煮干しだ し・米みそ・麦みそ
14	土	肉うどん キウイフルーツ(50g)	チーズ10g(未満児) 豆乳 カステラ	プロセッサー・牛肉・調整 豆乳	干しうどん・植物油・ 三温糖・カステラ	たまねぎ・にんじん・青ね ぎ・キウイフルーツ	濃口しょうゆ・かつお昆 布だし・食塩・みりん

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均栄養量	482	18.6	15.4	304	2.3	221	0.31	0.46	27	4.3	1.7
保育所(園)における 給食栄養量の目標	470	15~23	10~15	220	2.3(~10)	200(~300)	0.25	0.30	20	3.5以上	1.9未満

2024年

12月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
16	月	麦ごはん (未満児用) カレー はるさめサラダ	牛乳 (未満児) バナナ75g (未満児) スキムミルク 黒ごまとチーズ入りクッキー	牛乳・牛肉・まぐろ油 漬缶・脱脂粉乳・鶏 卵・粉チーズ	精白米・押麦・じゃがいも・カレー粉・なたね油・緑豆はるさめ・マヨネーズ・三温糖・小麦粉・バター・黒ごま	バナ・たまねぎ・にんじん・冷凍グリーンピース・キャブツ・きゅうり	鳥がらだし・食塩 (塩もみ用)

【食材納入業者様】 ※敬称略

野菜・果物……………岩崎青果、松村商店
魚……………マキイ
肉類……………肉の山形屋

牛乳……………渡辺乳販
パン……………サイラー
缶詰・乾物・調味料ほか……生野食品