



2024年 12月予定献立表



昭和学園
昭和幼稚園・なかよし保育園
管理栄養士 藤松 樹里

★幼稚園

★保育園

日	曜日	10時 (未満児のみ)	献立名			献立材料名			備考
			12時 副食	未満児追加食	3時 おやつ (未満児のみ)	血や肉をつくる	かや体温となる	からだの調子をよくする	
2	月	牛乳	ごはん 豚肉と野菜のスタミナ炒め 厚揚げの煮物 すまし汁 くだもの		ミルク パリパリ麺 牛乳	牛乳 スキムミルク 豚肉 厚揚げ 煮干し	米 なたね油 三温糖 ちゃんぼん麺 ポン菓子	玉ねぎ 人参 にはり キャベツ 水煮たけのこ 生姜 こんにゃく もやし ほうれん草 みかん	
3	火	牛乳	☆自園給食☆ ごはん 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ きのこのスープ くだもの	和え物	ミルク フリッツ 牛乳	牛乳 スキムミルク 鶏肉 シーチキン	米 三温糖 エルボマカロニ エッグケア じゃが芋 薄力粉 なたね油	玉ねぎ 赤ピーマン きゅうり 人参 えのきたけ しめじ マッシュルーム 水煮 ドライパセリ バナナ キャベツ 小松菜	
4	水	牛乳	ごはん 魚のフライ 海藻サラダ みそ汁 くだもの	大根の煮物	ミルク 枝豆パン 牛乳	牛乳 スキムミルク 赤魚 まだい カットわかめ 海藻ミックス 煮干し 米みそ シュレットチーズ	米 薄力粉 パン粉 なたね油 三温糖 ホット ケーキックス	きゅうり 人参 レタス 玉ねぎ 南瓜 ほうれん草 りんご 大根 さやいんげん 枝豆	
5	木	牛乳	☆自園給食☆ しょうゆラーメン ささみの和え物 くだもの	ごはん 豆腐の変わり焼き	ラスク 牛乳	牛乳 豚肉 ささみ 豆腐 あおさ	米 ラーメン麺 しょうゆ ラーメンスープ 三温糖 ごま マヨドレ フランスパン バター グラニュー糖 米せんべい なたね油	人参 玉ねぎ もやし 木耳 ホールコーン ねぎ 生姜 きゅうり キャベツ みかん	
6	金	牛乳	ごはん 松風焼き 大根サラダ キャベツのスープ くだもの	蒸し南瓜	ミルク みかんゼリー 牛乳	牛乳 スキムミルク 豚ひき肉 鶏ひき肉 豆腐 米みそ 卵 イナガア	米 パン粉 三温糖 ごま 上白糖	人参 玉ねぎ グリンピース 大根 きゅうり ホールコーン 赤ピーマン キャベツ エリンギ チンゲン菜 バナナ 南瓜 みかん缶	
7	土		ごはん 鶏じゃが 酢の物 みそ汁 くだもの		おかし 牛乳	牛乳 鶏肉 カットわかめ 煮干し 豆腐 米みそ	米 じゃが芋 糸こんにゃく なたね油 三温糖 おかし	玉ねぎ 人参 さやいんげん きゅうり 小松菜 りんご	
9	月	牛乳	ごはん さつま揚げ れんこん入りサラダ みそ汁 くだもの	蒸しなす	ミルク スコーン 牛乳	牛乳 スキムミルク 白身魚すり身 ひじき ささみ 煮干し 米みそ	米 なたね油 エッグケア マヨドレ 三温糖 ホットケーキックス バター はちみつ	玉ねぎ 人参 枝豆 木耳 れんこん きゅうり 赤ピーマン 大根 小松菜 なす りんご	
10	火	牛乳	☆自園給食☆ 親子丼 (0-2歳別盛り) 親子丼の具 甘酢和え すまし汁 くだもの	☆自園給食☆ 親子丼 (0-2歳別盛り) 親子丼の具 甘酢和え すまし汁 くだもの	ミルク ようかん 牛乳	牛乳 スキムミルク 鶏肉 卵 煮干し 粉寒天	米 三温糖 こしあん	玉ねぎ 人参 ほうれん草 大根 白菜 しめじ もやし みかん	
11	水	牛乳	ごはん 豚の生姜焼き しらす和え わかめスープ くだもの	高野豆腐の煮物	ミルク マーブル蒸しパン 牛乳	牛乳 スキムミルク 豚肉 しらす干し カットわかめ 高野豆腐 豆乳	米 三温糖 ホット ケーキックス 上白糖 梅ジャム	生姜 玉ねぎ 青ピーマン キャベツ 人参 えのきたけ チンゲン菜 もやし バナナ	
12	木	牛乳	♪お誕生会メニュー♪ ☆自園給食☆ ロールパン ビーフシチュー チーズサラダ ゼリー	魚のソテー	焼きおにぎり 牛乳	牛乳 牛肉 豚肉 ダイスカットチーズ イナガア まだい あおさ	米 ロールパン じゃが芋 ビーフシチュー 上白糖	玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム 水煮 グリンピース キャベツ きゅうり 赤ピーマン ホールコーン ぶどうジュース	
13	金	牛乳	ごはん 魚の塩焼き 筑前煮 みそ汁 くだもの		ヨーグルト、 ジュース 牛乳(0歳のみ)	牛乳 鮭 鶏肉 煮干し 米みそ ヨーグルト	米 こんにゃく 三温糖 さつま芋 上白糖 梅ソース	人参 ごぼう れんこん 大根 干し椎茸 さやいんげん 玉ねぎ ほうれん草 みかん りんごジュース	
14	土		ごはん 中華鶏 ビーフン炒め 小松菜のスープ くだもの	トマト	おかし 牛乳	牛乳 鶏肉 豚肉	米 三温糖 ごま油 ビーフン おかし	ねぎ 生姜 玉ねぎ 人参 キャベツ 木耳 小松菜 もやし バナナ トマト	

★ 材料の仕入れの関係等により、献立が変更になる場合があります。

★幼稚園

★保育園

日	曜日	献立名			献立材料名			備考
		12時 副食	未満児追加食	3時 おやつ <small>未満児のみ</small>	血や肉をつくる	カや体温となる	からだの調子をよくする	
16	月	ごはん 豚肉のネギみそ焼き ひじき煮 つみれ汁 くだもの		ミルク じゃが芋もち <small>牛乳</small>	牛乳 スキムミルク 豚 ロース肉 米みそ ひじ き 水煮大豆 油揚げ 煮干し 白身魚すり身 あおさ	米 三温糖 じゃが芋 片栗粉 なたね油	小ねぎ 生姜 人参 さやいん げん 玉ねぎ ほうれん草 り んご	
17	火	♪クリスマス会メニュー♪ ☆自園給食☆ チキンライス ミモザサラダ コーンポタージュ クリスマスケーキ		ミルク ぼたぼた焼き <small>牛乳</small>	牛乳 スキムミルク 鶏 肉 卵 まだい	米 エッグケア コーンク リームスープベース クリ スマスター サンタデザー ト 米せんべい 上白糖	玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水煮 グリンピース トマトビュ レ ブロッコリー カリフラワー キャベツ 赤ピーマン ホール コーン ドライパセリ	
18	水	ごはん 鶏肉の竜田揚げ ツナサラダ すまし汁 くだもの <small>注文者のみ</small>		ミルク 豆乳レアケーキ <small>牛乳</small>	牛乳 スキムミルク 鶏 肉 シーチキン 煮干 し イナガー 豆乳	米 片栗粉 なたね油 エッグケア さつま芋 上 白糖 生クリーム ハード ビスケット パター ブル ベリースソース	生姜 大根 人参 きゅうり ホールコーン 玉ねぎ 白菜 小ねぎ みかん レモン果汁	幼 午前保育
19	木	ごはん 魚のごま照り焼き もやしの中華和え 豚汁 くだもの		きな粉トースト <small>牛乳</small>	牛乳 あじ まだい 煮 干し 豚肉 油揚げ 米みそ 豆乳 きな粉	米 ごま 三温糖 ごま 油 糸こんにゃく 食パン 上白糖	もやし きゅうり 人参 玉ねぎ 大根 ごぼう 小ねぎ パナナ	
20	金	ごはん 具沢山卵焼き 春雨サラダ コンソメスープ くだもの	納豆	ミルク シリアルボール <small>牛乳</small>	牛乳 スキムミルク 卵 鶏ひき肉 ひきわり納 豆	米 マヨドレ 三温糖 春雨 じゃが芋 コーンフ レーク マッシュマロ なた ね油	切り干し大根 干し椎茸 枝 豆 玉ねぎ きゅうり 赤ピー マン 人参 しめじ ドライパセ リ りんご	
21	土		混ぜチャーハン ごまネーズ和え ワンタンスープ くだもの	おかし	牛乳 豚肉 ささみ 豆腐	米 なたね油 ごま エッ グケア ウェーブワンタン 三温糖 おかし	ホールコーン 玉ねぎ 干し椎 茸 グリンピース キャベツ 人 参 青ピーマン 木耳 チンゲ ン菜 みかん	新入園児 一日入園
23	月	ごはん 魚の揚げ煮 涼拌三絲 みそ汁 くだもの <small>注文者のみ</small>		ミルク 小倉サンド <small>牛乳</small>	牛乳 スキムミルク ま だい 赤魚 錦糸卵 煮干し 豆腐 米みそ	米 片栗粉 なたね油 三温糖 春雨 食パン 粒あん ホイップクリーム	きゅうり 人参 玉ねぎ 小松 菜 みかん ホールコーン えの きたけ しめじ	幼 午前保育
24	火	ごはん 鶏肉のピザ焼き コールスローサラダ 野菜スープ くだもの	焼き豆腐	ミルク スイートポテ ト風 <small>牛乳</small>	牛乳 スキムミルク 鶏 肉 シュレッドチーズ ロースハム 豆乳	米 エッグケア さつま芋 上白糖	玉ねぎ 青ピーマン キャベツ きゅうり 人参 赤ピーマン 南 瓜 ホールコーン ほうれん草 りんご	終業式
25	水	ごはん 鮭のムニエル ジャーマンポテ ト 白菜のスー プ くだもの		ミルク クッキー <small>牛乳</small>	牛乳 スキムミルク 鮭 ウイナー 卵	米 薄力粉 バター じゃが芋 上白糖	玉ねぎ 赤ピーマン ドライパセ リ 人参 干し椎茸 白菜 小 松菜 パナナ	幼 冬季休業
26	木	ごはん 冬野菜カレー イタリアンサラ ダ くだもの	スクランブル エッグ	プリン <small>牛乳</small>	牛乳 豚肉 卵	米 さつま芋 カレールー なたね油 三温糖 プリ ンミックスU	人参 玉ねぎ れんこん 大根 ブロッコリー 赤ピーマン キャ ベツ きゅうり 枝豆 みかん 青 ピーマン	
27	金	ごはん 肉豆腐 スパゲッティサラ ダ みそ汁 くだもの		ミルク ドーナッツ <small>牛乳</small>	牛乳 スキムミルク 豆 腐 牛肉 豚肉 煮干 し 米みそ	米 糸こんにゃく 三温 糖 カットスパゲッティ エッグケア ホットケーキ ミックス 上白糖 なたね 油 粉糖	玉ねぎ 人参 白菜 しめじ ねぎ きゅうり 赤ピーマン レ タス 大根 ほうれん草 パナナ	
28	土		小盛りごはん お好み焼き すまし汁 くだもの	おかし	牛乳 卵 豚ばら肉 あおさ 煮干し ささみ	米 薄力粉 マヨドレ か つお節 三温糖 なたね 油 おかし	キャベツ もやし 小ねぎ 玉ね ぎ 人参 干し椎茸 白菜 チ ンゲン菜 りんご 赤ピーマン 黄ピーマン	

★ 材料の仕入れの関係等により、献立が変更になる場合があります。

★ 1号認定・・・12/18～1/9(土曜日は除く)は、給食注文をされた方のみへの提供となります。