



12月献立表



令和4年11月30日 社会福祉法人三心会山田町第一保育所

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ (未満児) アレルギー児 対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児 対応食
1	木	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶	豚と小松菜の炒め物・こふき芋・ラーメンサラダ・豆腐味噌汁・バナナ	バナナ→りんご	牛乳・ブリッツ	牛乳→麦茶 ブリッツ→塩煎餅
2	金	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	鮭フライ・フレンチハムサラダ・切り干し大根五目煮・白菜味噌汁・オレンジ		牛乳★どら焼き	牛乳→麦茶
3	土	麦茶・えびせん		中華丼・中華スープ・りんご		麦茶・ぼかうけ	
4	日						
5	月	牛乳・味しらべ	牛乳→麦茶	鮭南部焼き・千切り野菜の炒め煮・トマト・大根味噌汁・オレンジ		ヨーグルト・ハッピーターン	ヨーグルト →フルーツゼリー
6	火	牛乳・ビスケット	牛乳→麦茶	すき焼風煮・さつま芋天ぷら・枝豆・キャベツ味噌汁・バナナ	バナナ→りんご	牛乳★ピザ	牛乳→麦茶 ピザ→チーズ除去
7	水	フルーツゼリー		鶏マヨ焼き・ビーフソテー・ごまよごし・じゃが芋味噌汁・グレープフルーツ(りんご)		牛乳・かりんとう	牛乳→麦茶
8	木	牛乳・山田煎餅	牛乳→麦茶	鯖味噌煮(鯖味噌煮)・スタミナ納豆<鶏挽入り>・シルバーサラダ・なめこ汁・オレンジ		牛乳 ★きな粉蒸しパン	牛乳→麦茶
9	金	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶	タコライス・鶏唐揚げ・シーフードスパゲティ・コーンサラダ・野菜スープ・みかん・ゼリー (誕生会)		ぶどうジュース ★ポップコーン	
10	土	麦茶・ベジたべる		鶏そぼろ丼・豆腐味噌汁・りんご		麦茶・塩煎餅	
11	日						
12	月	牛乳・ぼかうけ	牛乳→麦茶	鮭さつま揚げ・千草煮・大根ツナサラダ・じゃが芋味噌汁・グレープフルーツ(りんご)		牛乳★おいなりさん	牛乳→麦茶
13	火	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶	鶏味噌焼き・ひじき煮・竹輪射込み・豆腐味噌汁・バナナ	バナナ→りんご	牛乳・まがりせんべい	牛乳→麦茶 まがり煎餅 →塩煎餅
14	水	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	鱈パン粉焼き・チキンナゲット・キャベツツナ和え・大根味噌汁・オレンジ		牛乳 ★バナナクッキー	牛乳→麦茶
15	木	フルーツゼリー		ドライカレー・野菜スープ・バナナ (総練習)	バナナ→りんご	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶
16	金	牛乳・ベジたべる	牛乳→麦茶	春巻き・中華サラダ・きゅうり中華和え・若布スープ・オレンジ		ヨーグルト ・ぼかうけ	ヨーグルト →フルーツゼリー
17	土			おゆうぎ会			
18	日						
19	月	牛乳・揚げ煎餅	牛乳→麦茶	麻婆豆腐・竹輪天・ゴボウサラダ・中華スープ・バナナ	バナナ→りんご	牛乳★開口笑	牛乳→麦茶
20	火	牛乳・ぼかうけ	牛乳→麦茶	鱈マヨネーズ焼き・かぶそぼろ煮・もやしナムル・若布味噌汁・オレンジ		牛乳・ブリッツ	牛乳→麦茶 ブリッツ→塩煎餅
21	水	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶	豚生姜焼き・スパゲティサラダ・さつま芋甘煮・なめこ汁・バナナ	バナナ→りんご	牛乳 ★トマトカレーパン	牛乳→麦茶
22	木	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	鮭西京焼き・すき昆布煮・大豆サラダ・大根味噌汁・オレンジ		牛乳・パイ菓子	牛乳→麦茶
23	金	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	ツナピラフ・ローストチキン・マカロニソテー・ツリーサラダ・野菜スープ・みかん・ゼリー (クリスマス会)		りんごジュース ★クリスマスケーキ	
24	土	麦茶・コーン菓子		焼きそば・若布スープ・バナナ	バナナ→りんご	麦茶・揚げ煎餅	
25	日						
26	月	フルーツゼリー		餅(磯辺・きな粉・あんこ)・豚汁・みかん(餅つき会) 未満児: 鶏照り焼き・かぼちゃ煮・トマト・豚汁・みかん		牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶
27	火	牛乳・味しらべ	牛乳→麦茶	鱈竜田揚げ・もやし炒め・小松菜ふりかけ・大根味噌汁・オレンジ		牛乳・揚げ煎餅	牛乳→麦茶
28	水	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	鶏そぼろ・大学芋・茹でブロッコリー・おかめうどん(汁物)・バナナ	バナナ→りんご	オレンジジュース・ハッピーターン	
29	木			年末休み			
30	金			年末休み			
31	土			年末休み			

12月平均摂取エネルギー(以上児:kcal・未満児:kcal)

※ご家庭での食事で変化等がありましたらお知らせ下さい。 ※食物アレルギーに関しては個別に対応します。 ※()内は未満児(0・1・2歳児)に提供予定です。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウィンナー・魚肉ソーセージ・竹輪等の加工食品はアレルゲンフリーの物を提供します。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいに持たせて下さい。 ※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

※9日(金)誕生会・23日(金)クリスマス会・26日(月)餅つき会は、保育所で用意いたしますので、お弁当(白飯)はいりません。