

# 乳 児 献 立 表

2016年12月

高坂こども園

日付	献立名	材料名 (○は10時おやつ)			おやつ (○は午後おやつ)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 木	ごはん、すまし汁、すき焼き風煮物、キャベツのゆかり和え	米、しらたき、油、生ふ、砂糖、○ぎょうざの皮、○砂糖、○プチゼリー	牛肉(肩ロース)、焼き豆腐、○バター、○牛乳	しゅんぎく、キャベツ、ねぎ、にんじん、しいたけ、えのきたけ、ゆかり、○りんご	○牛乳、○りんごパイ・プチゼリー
02 金	ごはん、長いものみそ汁、ぶりだいこん、ブロッコリーのおかか和え	米、ながいも、砂糖、○ホットケーキ粉、○ケチャップ	ぶり、赤みそ、かつお節、○ウインナー、○牛乳	だいこん、ブロッコリー、にんじん、みつば、ねぎ、しょうが、○バナナ	○牛乳、○ウインナー入りケーキ・バナナ
03 土	ハヤシライス・牛肉、バナナ、ヨーグルト	米、じゃがいも、油、ケチャップ、ウスターソース、ハヤシルウ、○ロールパン(アレルギー用)	牛肉(もも)、バター、ヨーグルト(加糖)	たまねぎ、マッシュルーム、バナナ、○野菜ジュース	○野菜ジュース、○ロールパン
05 月	ごはん、麩のすまし汁、鮭のちゃんちゃん焼き、厚揚げの煮物	米、砂糖、焼ふ、○食パン	さけ、生揚げ、白みそ、バター、○ピザ用チーズ、○バター、○牛乳	キャベツ、こまつな、赤ピーマン、にんじん、しめじ、カットわかめ、○あおのり、○りんご	○牛乳、○おせんべい・りんご
06 火	ロールパン、豆乳スープ、ミートローフ、コールスローサラダ	パン粉、フレンチドレッシング、片栗粉、油、ロールパン、ケチャップ、ウスターソース、○米、○砂糖	豆乳、豚ひき肉、牛ひき肉、ウインナー、牛乳、木綿豆腐、○きな粉	キャベツ、こまつな、たまねぎ、コーン缶、にんじん、しめじ、ミックスベジタブル、○パイナップル、○野菜ジュース	○野菜ジュース、○きな粉おはぎ・パイナップル缶
07 水	ごはん、中華スープ、エビチリソース風、チャブチェ	米、はるさめ、砂糖、油、片栗粉、ケチャップ ○さつまいも、○小麦粉、○砂糖	えび(むき身)、牛肉(肩ロース)、○牛乳	もやし、にら、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、ピーマン、あさつき、しいたけ、にんにく、しょうが、○りんご	○牛乳、○さつまいも蒸しパン・りんご
08 木	ごはん、しょうが風味のみそ汁、高野豆腐の煮物、大根のなめたけ和え	米、砂糖、油	牛肉(肩ロース)、白みそ、赤みそ、凍り豆腐、○牛乳	にんじん、はくさい、だいこん、れんこん、なめたけ、ごぼう、いんげん、あさつき、しょうが、○オレンジ	○牛乳 ○お誕生日ケーキ・オレンジ
09 金	ごはん、コンソメスープ、鮭のクリーム煮、ツナマヨサラダ	米、じゃがいも、マヨドレ、片栗粉、○白玉粉、○プチゼリー	豆乳、まぐろ水煮、ベーコン、さけ、○ゆであずき、○こしあん、○木綿豆腐	もやし、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、干しいたけ、カットわかめ、○野菜ジュース	○野菜ジュース、○おしるこ・プチゼリー
10 土	味噌煮込みうどん、バナナ、ヨーグルト	ゆでうどん、片栗粉、○ロールパン(アレルギー用)	豚肉(ばら)、赤みそ、油揚げ、ヨーグルト(加糖)	はくさい、ねぎ、にんじん、バナナ、○野菜ジュース	○野菜ジュース、○ロールパン
12 月	ごはん、すまし汁、豚肉のみそ炒め、きゅうりの酢の物	米、砂糖、油、○ホットケーキ粉	豚肉(肩ロース)、かにフレーク、赤みそ、油揚げ、○バター、○牛乳	だいこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、ねぎ、カットわかめ、○バナナ、○オレンジ	○牛乳、○バナナケーキ・オレンジ
13 火	ホットドッグ、野菜スープ、さき身サラダ、りんご	マヨドレ、ケチャップ、ロールパン、○米	鶏ささ身、ウインナー、ベーコン、だいたい水煮、○まぐろ水煮、○ひとくちチーズ、○牛乳	キャベツ、トマト、きゅうり、コーン缶、にんじん、りんご、○ひじき、○焼きのり	○牛乳、○炊き込みおにぎり・ひとくちチーズ
14 水	ごはん、みそ汁(キャベツ)、カレイの煮つけ、豆腐のサラダ	米、砂糖、○マカロニ、○砂糖	木綿豆腐、白みそ、ベーコン、かれい、かつお節、○きな粉、○牛乳	キャベツ、にんじん、みずかけな、しいたけ、しょうが、○バナナ	○牛乳、○マカロニきな粉・バナナ

# 乳 児 献 立 表

2016年12月

日付	献立名	材料名			おやつ (○は午後おやつ)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	(○は午後おやつ材料) 体の調子を整えるもの	
15 木	(クリスマス会) キャロットピラフ、コーン チャウダー、タンドリーチ キン、マカロニサラダ	米、じゃがいも、マカロ ニ、カレー粉、和風ド レッシング、○ゼリー	牛乳、鶏もも肉、ヨーグ ルト(無糖)、まぐろ水 煮、ベーコン	クリームコーン缶、にん じん、きゅうり、コーン 缶、たまねぎ、ピラフの 素、にんにく、○野菜 ジュース	○野菜ジュース、○ クリスマスゼリー・お 菓子
16 金	さんまのかば焼き丼、け んちん汁(豚肉)、オレン ジ	米、さといも、油、○ ホットケーキ粉、○砂 糖、○プチゼリー	さんまのかば焼き(冷 凍)、豚肉(肩ロース)、 ○ヨーグルト(無糖)、○ バター、○牛乳	こまつな、にんじん、だ いこん、ごぼう、ねぎ、 オレンジ、しょうが、焼 きのり、○りんご、○干 しぶどう	○牛乳、○りんご ケーキ・プチゼリー
17 土	肉うどん、バナナ、ヨーグ ルト	ゆでうどん、油、○ロー ルパン(アレルギー用)	牛肉(肩ロース)、ヨーグ ルト(加糖)	だいこん、にんじん、ね ぎ、バナナ、○野菜 ジュース	○野菜ジュース、○ ロールパン
19 月	ごはん、トマトスープ、メン チカツ、梅サラダ	米、油、砂糖、ケチャッ プ、○もち、○ホット ケーキ粉	メンチカツ(冷凍)、だ いず水煮、ウイン ナー、○粉チーズ、○ 牛乳	ホールトマト缶詰、たま ねぎ、きゅうり、にんじ ん、切り干しだいこん、 うめ干し、○りんご、○ 野菜ジュース	○野菜ジュース、○ チーズパン・りんご
20 火	(もちつき会) ごはん、野菜たっぷりみ そ汁、シュウマイ(コー ン)、みかん	米	シュウマイ(冷凍)、豚 肉、白みそ、赤みそ、 ○牛乳	キャベツ、にんじん、だ いこん、あさつき、みか ん、○バナナ	○牛乳、○お菓子・ バナナ
21 水	ごはん、すまし汁、さわら のみそ焼き、かぼちゃサ ラダ	米、マヨドレ、砂糖、○ 砂糖	赤みそ、ピーナッツ、さ わら、○プリン素、○ 牛乳	かぼちゃ、コーン缶、赤 ピーマン、ねぎ、エリン ギ、えのきたけ、カットわ かめ、○バナナ、○野菜 ジュース	○野菜ジュース、○ プリン(卵不使用)・ バナナ
22 木	ごはん、もずくのみそ汁、 鶏肉のおろしポン酢、レ ンコンサラダ	米、マヨドレ、油、片栗 粉、小麦粉、カレー 粉、砂糖、○砂糖、○ 油、○ホットケーキ粉	鶏もも肉、だいず水 煮、赤みそ、○鶏ひき 肉、○ひとくちチーズ、 ○牛乳	だいこん、はくさい、れ んこん、にんじん、もず く、あさつき、ひじき、 ○たまねぎ、○ピーマ ン	○牛乳、○肉まん・ ひとくちチーズ
24 土	すき焼き丼、バナナ、ヨー グルト	米、砂糖、油、○ロー ルパン(アレルギー用)	豚肉(肩ロース)、ヨーグ ルト(加糖)	はくさい、たまねぎ、に んじん、ねぎ、しいた け、バナナ、○野菜 ジュース	○野菜ジュース、○ ロールパン
26 月	長崎ちゃんぽん風、バナ ナ、ぶどうゼリー	焼きそばめん、砂糖、 油、ぶどうゼリー、○食 パン	豆乳、豚肉(肩ロース)	はくさい、にんじん、コー ン缶、黒きくらげ、バナ ナ、しょうが、○いちご ジャム、○りんご、○野菜 ジュース	○野菜ジュース、○ ジャムサンド・りんご
27 火	三色どんぶり、豆腐みそ 汁(わかめ)、ヨーグルト	米、砂糖、油、○さつま いも、○砂糖	ヨーグルト(加糖)、鶏 ひき肉、木綿豆腐、赤 みそ、○無塩バター、 ○牛乳	ほうれんそう、にんじ ん、ねぎ、しょうが、カッ トわかめ、焼きのり、○ オレンジ	○牛乳、○スイート ポテト・オレンジ
28 水	お弁当日		○牛乳		○牛乳、○お菓子

\* 20日のもちつき会では、あひるぐみのみおもちを食べます。(しょうゆ・きな粉)  
こりすぐみ・りすぐみは、ふかしいもを食べます。

# 幼 児 献 立 表

2016年12月

高坂こども園

日付	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 木	ごはん、すまし汁、すき焼き風煮物、キャベツのゆかり和え、プチゼリー、牛乳	米、しらたき、油、生ふ、砂糖、プチゼリー	牛肉(肩ロース)、焼き豆腐、牛乳	しゅんぎく、キャベツ、ねぎ、にんじん、しいたけ、えのきたけ、ゆかり
02 金	ごはん、長いものみそ汁、ぶりだいいこん、ブロッコリーのおかか和え、バナナ、牛乳	米、ながいも、砂糖	ぶり、赤みそ、かつお節、牛乳	だいこん、ブロッコリー、にんじん、みつば、ねぎ、しょうが、バナナ
03 土	ハヤシライス・牛肉、バナナ、ヨーグルト	米、じゃがいも、油、ケチャップ、ウスターソース、ハヤシルウ、○ロールパン(アレルギー用)	牛肉(もも)、バター、ヨーグルト(加糖)	たまねぎ、マッシュルーム、バナナ、○野菜ジュース
05 月	ごはん、麩のすまし汁、鮭のちゃんちゃん焼き、厚揚げの煮物、ぶどうゼリー、牛乳	米、砂糖、焼ふ、ぶどうゼリー	さけ、生揚げ、白みそ、バター、牛乳	キャベツ、こまつな、赤ピーマン、にんじん、しめじ、カットわかめ
06 火	ロールパン、豆乳スープ、ミートローフ、コールスローサラダ、パン缶、野菜ジュース	パン粉、フレンチドレッシング、片栗粉、油、ロールパン、ケチャップ、ウスターソース	豆乳、豚ひき肉、牛ひき肉、ウインナー、牛乳、木綿豆腐	キャベツ、こまつな、たまねぎ、コーン缶、にんじん、しめじ、パン缶、ミックスベジタブル、野菜ジュース
07 水	ごはん、中華スープ、エビチリソース風、チャプチェ、りんご、牛乳	米、はるさめ、砂糖、油、片栗粉、ケチャップ	えび(むき身)、牛肉(肩ロース)、牛乳	もやし、にら、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、ピーマン、あさつき、しいたけ、にんにく、しょうが、りんご、
08 木	ごはん、しょうが風味のみそ汁、高野豆腐の煮物、大根のなめたけ和え、お誕生日ケーキ、牛乳	米、砂糖、油	牛肉(肩ロース)、白みそ、赤みそ、凍り豆腐、牛乳	にんじん、はくさい、だいこん、れんこん、なめたけ、ごぼう、いんげん、あさつき、しょうが
09 金	ごはん、コンソメスープ、鮭のクリーム煮、ツナマヨサラダ、いちごプリン、野菜ジュース	米、じゃがいも、マヨドレ、片栗粉	豆乳、まぐろ水煮、ベーコン、さけ、いちごプリン(卵不使用)	もやし、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、干しいたけ、カットわかめ、野菜ジュース
10 土	味噌煮込みうどん、バナナ、ヨーグルト	ゆでうどん、片栗粉、○ロールパン(アレルギー用)	豚肉(ばら)、赤みそ、油揚げ、ヨーグルト(加糖)	はくさい、ねぎ、にんじん、バナナ、○野菜ジュース
12 月	ごはん、すまし汁、豚肉のみそ炒め、きゅうりの酢の物、ひとくちチーズ、牛乳	米、砂糖、油	豚肉(肩ロース)、かにフレック、赤みそ、油揚げ、ひとくちチーズ、牛乳	だいこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、ねぎ、カットわかめ
13 火	ホットドッグ、野菜スープ、ささ身サラダ、かぼちゃグラタン、りんご、牛乳	マヨドレ、ケチャップ、ロールパン	鶏ささ身、ウインナー、ベーコン、だいたい水煮、かぼちゃグラタン(冷凍)、牛乳	キャベツ、トマト、きゅうり、コーン缶、にんじん、りんご
14 水	ごはん、みそ汁(キャベツ)、カレーの煮つけ、豆腐のサラダ、ヨーグルト、牛乳	米、砂糖	木綿豆腐、白みそ、ベーコン、かれい、かつお節、ヨーグルト(加糖)、牛乳	キャベツ、にんじん、みずかけな、しいたけ、しょうが

# 幼 児 献 立 表

2016年12月

日付	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
15 木	(クリスマス会) キャロットピラフ、コーンチャウダー、タンドリーチキン、マカロニサラダ、クリスマスゼリー、野菜ジュース	米、じゃがいも、マカロニ、カレー粉、和風ドレッシング、ゼリー	牛乳、鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、まぐろ水煮、ベーコン	クリームコーン缶、にんじん、きゅうり、コーン缶、たまねぎ、ピラフの素、にんにく、野菜ジュース
16 金	さんまのかば焼き丼、けんちん汁(豚肉)、オレンジ、ももゼリー、牛乳	米、さといも、油、ももゼリー	さんまのかば焼き(冷凍)、豚肉(肩ロース)、牛乳	こまつな、にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ、オレンジ、しょうが、焼きのり
17 土	肉うどん、バナナ、ヨーグルト	ゆでうどん、油、○ロールパン(アレルギー用)	牛肉(肩ロース)、ヨーグルト(加糖)	だいこん、にんじん、ねぎ、バナナ、○野菜ジュース
19 月	ごはん、トマトスープ、メンチカツ、梅サラダ、プリン、野菜ジュース	米、油、砂糖、ケチャップ	メンチカツ(冷凍)、だいたず水煮、ウインナー、プリン(卵不使用)	ホールトマト缶詰、たまねぎ、きゅうり、にんじん、切り干しだいこん、うめ干し、野菜ジュース
20 火	(もちつき会) ごはん、野菜たっぷりみそ汁、シュウマイ(コーン)、みかん、牛乳	米	シュウマイ(冷凍)、豚肉、白みそ、赤みそ、牛乳	キャベツ、にんじん、だいこん、あさつき、みかん
21 水	ごはん、すまし汁、さわらのみそ焼き、かぼちゃサラダ、バナナ、野菜ジュース	米、マヨドレ、砂糖	赤みそ、ピーナッツ、さわら	かぼちゃ、コーン缶、赤ピーマン、ねぎ、エリンギ、えのきたけ、カットわかめ、バナナ、野菜ジュース
22 木	ごはん、もずくのみそ汁、鶏肉のおろしポン酢、レンコンサラダ、ひとくちチーズ、牛乳	米、マヨドレ、油、片栗粉、小麦粉、カレー粉、砂糖	鶏もも肉、だいたず水煮、赤みそ、ひとくちチーズ、牛乳	だいこん、はくさい、れんこん、にんじん、もずく、あさつき、ひじき
24 土	すき焼き丼、バナナ、ヨーグルト	米、砂糖、油、○ロールパン(アレルギー用)	豚肉(肩ロース)、ヨーグルト(加糖)	はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しいたけ、バナナ、○野菜ジュース
26 月	長崎ちゃんぽん風、バナナ、ぶどうゼリー、野菜ジュース	焼きそばめん、砂糖、油、ぶどうゼリー	豆乳、豚肉(肩ロース)	はくさい、にんじん、コーン缶、黒きくらげ、バナナ、しょうが、野菜ジュース
27 火	三色どんぶり、豆腐みそ汁(わかめ)、ヨーグルト、牛乳	米、砂糖、油	ヨーグルト(加糖)、鶏ひき肉、木綿豆腐、赤みそ、牛乳	ほうれんそう、にんじん、ねぎ、しょうが、カットわかめ、焼きのり
28 水	お弁当日			

\* 20日のもちつき会では、おもちを食べます。(しょうゆ・きな粉・あんこ)

○ 土曜日は、午後おやつがあります。