

令和6年12月

結宅こども園給献立

日	曜	全 児		材料名	おやつ	
		主 食	副 食		10時(未満児)	3時(全児)
2	月	ご飯	豚肉と蓮根のつまみ揚げ ブロッコリーのドレッシング和え 湯むきトマト、納豆、豆腐の味噌汁	豚肉-かたロール、れんこん、しょうゆ、食塩、合成清酒、小麦粉、サラダ油、ブロッコリー、和風ドレッシング、トマト、納豆、木綿豆腐、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干、水	牛乳 ウエハース	ミルク ビスケット
3	火	ご飯	鮭の塩焼き ほうれんそうのごま和え かき玉汁、バナナ	鮭、食塩、ほうれんそう、もやし、にんじん、ごま、上白糖、しょうゆ、鶏卵、たまねぎ、こねぎ、カットわかめ、かつお節、まこんぶ、バナナ	牛乳 クラッカー	お茶 ★うどん
4	水	ご飯	豚汁 納豆、小松菜とツナのごま酢和え みかん	豚肉、厚揚げ、だいこん、にんじん、さといも、たまねぎ、ごぼう、こねぎ、サラダ油、煮干、米みそ、納豆、こまつな、シーチキン、いりごま、酢、上白糖、しょうゆ、みかん	牛乳 バナナ	牛乳 ★塩バタークッキー
5	木	ご飯	あんかけ丼 ごぼうサラダ 白菜の味噌汁	たまねぎ、にんじん、緑豆はるさめ、豚肉、サラダ油、かつお・昆布だし、上白糖、しょうゆ、かたくり粉、ごぼう、青ピーマン、とうもろこし、シーチキン、マヨネーズ、食塩、ごま、はくさい、乾燥わかめ、こねぎ、米みそ、煮干	牛乳 ビスケット	ミルク せんべい
6	金	バター ロール	ミートソーススパゲティ ブロッコリーの塩ゆで コンソメスープ	スパゲティ、あいびき肉、パルメザンチーズ、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、トマトケチャップ、脱脂乳、食塩、コンソメ、サラダ油、ブロッコリー、きゃべつ、パセリ、水	牛乳 キウイ	お茶 ★おにぎり
7	土	ご飯	じゃが芋とベーコンの煮込み しめじの味噌汁 キウイ	じゃがいも、ベーコン、豚肉、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、サラダ油、しょうゆ、上白糖、ふなしめじ、木綿豆腐、こねぎ、麦みそ、煮干、水、キウイフルーツ	牛乳 クッキー	牛乳 スナック
9	月	ご飯	豆腐の真砂揚げ れんこんのきんぴら 小松菜のスープ	しぼり豆腐、たら、鶏ひき肉、しらす干し、にんじん、パセリ、鶏卵、かたくり粉、食塩、しょうゆ、サラダ油、れんこん、ぎぬさや、豚肉、ごま油、上白糖、みりん、風調味料、ごま、たまねぎ、こまつな、油揚げ、こねぎ、鳥がらだし、水	牛乳 ビスケット	牛乳 ★ホットケーキ
10	火	ご飯	鶏肉と大根の煮物 ブロッコリーの塩ゆで、納豆 きゃべつの味噌汁、みかん	鶏肉、だいこん、かつおだし、しょうゆ、上白糖、ブロッコリー、食塩、納豆、きゃべつ、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干、水、まこんぶ、みかん	牛乳 クッキー	お茶 揚げかまぼこ
11	水	ご飯	五目きんぴら ポイルワインナー しめじの味噌汁	そぎごぼう、にんじん、さやいんげん、豚肉、じゃがいも、焼き竹輪、サラダ油、上白糖、本みりん、しょうゆ、ワインナー、ふなしめじ、木綿豆腐、こねぎ、麦みそ、煮干、水	牛乳 みかん	牛乳 ★チーズスティック パン
12	木	ご飯	ポークカレー 野菜サラダ キウイ	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、豚肉、脱脂乳、カレーウ、食塩、サラダ油、きゃべつ、きゅうり、ロースハム、和風ドレッシング、キウイフルーツ	牛乳 クラッカー	牛乳 ★納豆入り揚げぎょ つぎ
13	金	チキン ライス	魚のフライ ポテトサラダ、湯むきトマト コンソメスープ、バナナ	まだい、食塩、小麦粉、鶏卵、パン粉、サラダ油、じゃがいも、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、トマト、たまねぎ、コンソメ、パセリ、水、バナナ	牛乳 キウイ	ミルク ロールちゃん
14	土	ご飯	焼うどん 豆腐の味噌汁 みかん	うどん、豚肉、きゃべつ、にんじん、たまねぎ、もやし、こねぎ、しょうゆ、合成清酒、かつおだし、木綿豆腐、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干し、みかん	牛乳 ウエハース	牛乳 せんべい
16	月	ご飯	豚こま焼き南蛮 シャキシャキサラダ 納豆、ごぼうのスープ	豚肉、食塩、かたくり粉、サラダ油、水、しょうゆ、酢、上白糖、鶏卵、マヨネーズ、シーチキン、乾燥わかめ、もやし、レタス、きゅうり、納豆、ベーコン、ごぼう、こねぎ、鳥がらだし、ごま油	牛乳 ウエハース	牛乳 ★オレンジケーキ
17	火	食パン	スペイン風オムレツ ツナサラダ コンソメスープ	鶏卵、ベーコン、じゃがいも、青ピーマン、トマト、たまねぎ、バター、食塩、トマトケチャップ、シーチキン、きゅうり、とうもろこし、マヨネーズ、にんじん、コンソメ、パセリ、水	牛乳 ビスケット	お茶 ★おにぎり
18	水	ご飯	だんご汁 ほうれん草のおかか和え 納豆、バナナ	豚肉、だいこん、にんじん、ごぼう、はくさい、じゃがいも、こねぎ、小麦粉、ベーキングパウダー、いりこ、米みそ、ほうれんそう、もやし、上白糖、しょうゆ、かつお節、納豆、バナナ	牛乳 クッキー	牛乳 ★南瓜のスコーン
19	木	ゆかりご はん	卵うどん さつま芋の天ぷら みかん	うどん、鶏卵、小坂、はくさい、乾燥わかめ、こねぎ、かつお節、食塩、しょうゆ、水、さつまいも、小麦粉、ベーキングパウダー、サラダ油、みかん	牛乳 キウイ	ミルク ヨーグルト クッキー
20	金	ご飯	南瓜のいとこ煮 納豆味噌 すまし汁	かぼちゃ、ゆで小豆缶詰、まこんぶ、本みりん、上白糖、しょうゆ、食塩、挽きわり納豆、豚肉、おろししょうが、米みそ、三温糖、サラダ油、ほうれんそう、ふなしめじ、こねぎ、かつお節	牛乳 バナナ	ミルク 丸ほうろ
21	土	ご飯	筑前煮 厚揚げの味噌汁 キウイ	鶏肉、ごぼう、たけのこ、にんじん、さやえんどう、さといも、乾しいたけ、みりん、風調味料、サラダ油、上白糖、しょうゆ、厚揚げ、たまねぎ、こねぎ、乾燥わかめ、麦みそ、煮干、水、キウイフルーツ	牛乳 クラッカー	牛乳 スナック
23	月	ご飯	親子丼 ツナと大豆のサラダ 大根の味噌汁	鶏卵、乾しいたけ、鶏肉、たまねぎ、小坂、さやいんげん、しょうゆ、上白糖、本みりん、シーチキン、きゅうり、だいず、にんじん、ごま、マヨネーズ、だいこん、油揚げ、こねぎ、米みそ、煮干、水	牛乳 ウエハース	牛乳 ★焼きドーナツ
24	火	ご飯	ハンバーグ スパゲティサラダ かぼちゃのミルク煮スープ、バナナ	あいびき肉、たまねぎ、パン粉、牛乳、卵、食塩、油、トマトケチャップ、みりん、スパゲティ、ロースハム、きゅうり、とうもろこし、ドレッシング、かぼちゃ、ベーコン、バター、牛乳、クリーム、パセリ、コンソメ、バナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 ★ホワイトボール
25	水	ご飯	チャブチェ 湯むきトマト、納豆 わかめ卵スープ	牛肉、はるさめ、にんじん、たまねぎ、生しいたけ、赤ピーマン、にら、にんにく、合成清酒、上白糖、しょうゆ、ごま油、トマト、納豆、カットわかめ、こねぎ、鶏卵、コンソメ、食塩、水	牛乳 バナナ	ミルク せんべい
26	木	ご飯	ドライ豆腐カレー コーンサラダ キウイ	木綿豆腐、あいびき肉、たまねぎ、にんじん、トマト、カレー粉、水、しょうゆ、とうもろこし、きゅうり、きゃべつ、マヨネーズ、キウイフルーツ	牛乳 ウエハース	ミルク ビスケット
27	金	ご飯	鮭のつけ焼き きゅうりとわかめの酢物 納豆、うす揚げの味噌汁	鮭、しょうゆ、本みりん、きゅうり、カットわかめ、すりごま、酢、上白糖、納豆、かぼちゃ、油揚げ、こねぎ、麦みそ、煮干	牛乳 ビスケット	牛乳 ★さつま芋ケーキ
28	土	わかめご はん	たぬきうどん 切り干し大根のサラダ みかん	うどん、小坂、天かす、とろろこんぶ、こねぎ、かつお節、しょうゆ、本みりん、食塩、切り干しだいこん、ロースハム、鶏卵、にんじん、きゅうり、酢、上白糖、ごま油、みかん	牛乳 クッキー	牛乳 スナック

★手作りおやつ

給食日数 24 日				
平均栄養価	エネルギーKcal	たん白質 g	脂肪 g	食塩相当量 g
3歳以上児	507.7	18.4	16.6	1.6
3歳未満児	480	17.5	16.5	1.4

※3歳以上児・3歳未満児：主食・副食・おやつ

誕生会

食育の日

令和6年12月

離乳食献立予定表

結宅こども園

日曜	初期	中期	後期	日曜	初期	中期	後期
2月	おかゆ ブロッコリーのペースト トマトのペースト	おかゆ ささみ、ブロッコリー、トマトの煮物 納豆 豆腐の味噌汁	軟飯 ささみのソテー ブロッコリーの煮物 納豆 湯むきトマト 豆腐の味噌汁	16月	おかゆ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ ささみ、南瓜、ブロッコリーの煮物 納豆 麩のすまし汁	軟飯 ささみのソテー 南瓜の煮物 納豆 麩のすまし汁
3火	おかゆ 南瓜のペースト ほうれん草のペースト	おかゆ 白身魚、南瓜、ほうれん草の煮物 玉葱のスープ	軟飯 白身魚のムニエル 南瓜、ほうれん草の煮物 玉葱のスープ バナナ	17火	おかゆ じゃが芋のペースト トマトのペースト	おかゆ 豆腐、じゃが芋、トマトの煮物 玉葱のスープ	軟飯 豆腐、じゃが芋、トマトの煮物 玉葱のスープ
4水	おかゆ 人参のペースト 大根のペースト	おかゆ 豆腐、大根、人参の煮物 納豆 麩の味噌汁	軟飯 豆腐、大根、人参の煮物 納豆 麩の味噌汁 みかん	18水	おかゆ 大根のペースト ほうれん草のペースト	おかゆ ささみ、大根、ほうれん草の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 ささみのソテー ほうれん草、人参の和え物 白菜の味噌汁 パナナ
5木	おかゆ じゃが芋のペースト 南瓜のペースト	おかゆ ささみ、南瓜、じゃが芋の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 ささみのソテー 南瓜、じゃが芋の煮物 白菜の味噌汁	19木	おかゆ 人参のペースト さつま芋のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) さつま芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) さつま芋の煮物 みかん
6金	おかゆ ブロッコリーのペースト さつま芋のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) さつま芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) さつま芋の煮物	20金	おかゆ 南瓜のペースト 人参のペースト	おかゆ 豆腐、南瓜、人参の煮物 ほうれん草のすまし汁	軟飯 豆腐、南瓜、人参の煮物 ほうれん草のすまし汁
7土	おかゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、人参の煮物 麩の味噌汁	軟飯 ささみ、じゃが芋、人参の煮物 麩の味噌汁 キウイ	21土	おかゆ さつま芋のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ ささみ、さつま芋、ブロッコリーの煮物 玉葱の味噌汁	軟飯 ささみ、さつま芋、ブロッコリーの煮物 玉葱の味噌汁 キウイ
9月	おかゆ 人参のペースト さつま芋のペースト	おかゆ 豆腐、人参、さつま芋の煮物 小松菜のスープ	軟飯 豆腐、人参、さつま芋の煮物 小松菜のスープ	23月	おかゆ 大根のペースト じゃが芋のペースト	おかゆ 豆腐、大根、じゃが芋の煮物 麩の味噌汁	軟飯 豆腐、大根、じゃが芋の煮物 麩の味噌汁
10火	おかゆ 大根のペースト キャベツのペースト	おかゆ ささみ、大根、人参の煮物 キャベツの味噌汁	軟飯 ささみのソテー 大根、人参の煮物 キャベツの味噌汁 みかん	24火	おかゆ 南瓜のペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、南瓜、人参の煮物 玉葱のスープ	軟飯 鶏ひき肉のハンバーグ 南瓜の煮物 玉葱のスープ パナナ
11水	おかゆ じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ 豆腐、じゃが芋、ブロッコリーの煮物 麩の味噌汁	軟飯 豆腐、じゃが芋、ブロッコリーの煮物 麩の味噌汁	25水	おかゆ 人参のペースト さつま芋のペースト	おかゆ ささみ、さつま芋、人参の煮物 麩のすまし汁	軟飯 ささみのソテー さつま芋の煮物 麩のすまし汁
12木	おかゆ キャベツのペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、人参、キャベツの煮物 玉葱のスープ	軟飯 ささみ、人参、キャベツの煮物 玉葱のスープ キウイ	26木	おかゆ トマトのペースト キャベツのペースト	おかゆ 豆腐、トマト、キャベツの煮物 玉葱のスープ	軟飯 豆腐、トマト、キャベツの煮物 玉葱のスープ キウイ
13金	おかゆ じゃが芋のペースト トマトのペースト	おかゆ 白身魚、じゃが芋、トマトの煮物 麩のすまし汁	軟飯 白身魚のムニエル じゃが芋の煮物 湯むきトマト 麩のすまし汁 パナナ	27金	おかゆ 南瓜のペースト さつま芋のペースト	おかゆ 白身魚、さつま芋、人参の煮物 南瓜の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル さつま芋、人参の煮物 南瓜の味噌汁
14土	おかゆ さつま芋のペースト 人参のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) さつま芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) さつま芋の煮物 みかん	28土	おかゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) じゃが芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) じゃが芋の煮物 みかん