



令和6年12月分献立表



大府市公私立保育園
令和6年11月13日

日 曜	献 立 名	使 用 材 料 名				午前のおやつ	午後のおやつ	エネルギー
		黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品				たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児
		熱や力となるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をよくするもの	調味料・その他			
2 月 ○	ごはん すき焼き風煮 大根と油揚げの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豚平、焼き豆腐、味噌、油揚げ、わかめ	白菜、ねぎ、大根、人参、糸こんにゃく、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 菓子(ふんわりソフトせん)	牛乳 菓子(カルシウムせん)	590.1(517.6) 26.2(22.6) 17.8(15.8) 3.0(2.5)
3 火 ○	ごはん 豆腐のくず煮 キャベツとツナの和え物 野菜ジュース(紫の野菜)	米、砂糖、サラダ油、片栗粉	豆腐、鶏挽、ツナ、わかめ、ひじき	野菜ジュース(紫の野菜)、キャベツ、人参、玉ねぎ、ねぎ、しめじ、きゅうり、コーンホール缶、白ごま	醤油、酢、酒、みりん、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆じゃが芋もち(じゃが芋、砂糖、片栗粉、サラダ油、醤油、酒、みりん、塩)	680.6(594.4) 23.2(20.3) 22.7(19.7) 1.8(1.5)
4 水 ○	焼きそば 中華わかめスープ ヨーグルト(もも)	焼きそば、サラダ油、ごま油	ヨーグルト(もも)、豚平、わかめ	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ、えのきたけ	ソース、中華スープの素、花かつお、塩	牛乳 バナナ	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 菓子(さくっとあられ)	393.9(451.3) 13.6(20.0) 7.3(10.0) 1.4(1.2)
5 木 ○	カレーライス シーチキンサラダ ジョア(マスカット)	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	ツナ、豚平、ジョア(マスカット)	玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり	カレールー、りんご酢、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 ◆大学芋(さつま芋、砂糖、サラダ油、黒ごま、醤油)	725.4(637.8) 22.6(20.1) 26.3(22.6) 2.3(1.9)
6 金 ○	ミルクロール 白身魚のインド風から揚げ ハムとコーンのサラダ 野菜スープ	ミルクロール、ノンエッグマヨネーズドレッシング、片栗粉、サラダ油	ホキ、チキンハム	人参、玉ねぎ、きゅうり、コーンホール缶、パセリ	醤油、コンソメスープの素、カレー粉、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(えびちび)	481.5(459.0) 22.2(20.3) 22.3(20.1) 2.5(2.1)
7 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(もも)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(もも)		ヨーグルト		
9 月 ○	豚肉とさつま芋の炊き込みごはん 酢和え 大根と白菜の味噌汁	米、さつま芋、砂糖、春雨、サラダ油	豚平、味噌、わかめ	白菜、大根、人参、きゅうり、もやし、ごぼう、しめじ	酢、醤油、削り節、だし昆布、酒、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子(ほしたべよ)	531.2(483.9) 21.2(18.7) 11.1(10.5) 2.5(2.1)
10 火 ○	コッパバン 鶏肉とレバーのケチャップ和え 付け合せ 野菜スープ	コッパバン、片栗粉、サラダ油、砂糖	若鶏、豚レバー	玉ねぎ、キャベツ、人参、生姜、パセリ	トマトケチャップ、醤油、コンソメスープの素、ソース、カレー粉、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(厚切りバームクーヘン)	562.3(559.1) 27.0(29.3) 21.1(19.5) 2.7(2.3)
11 水 ○	具だくさん煮込みうどん ごま和え バナナ	白玉うどん、砂糖、ごま油	若鶏、油揚げ	バナナ、大根、人参、もやし、きゅうり、ねぎ、ごぼう、白ごま、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、みりん、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆野菜マフィン(米粉パウダー、じゃが芋、砂糖、サラダ油、豆乳、人参)	513.1(461.2) 22.3(19.6) 13.6(12.5) 2.2(1.8)
12 木 ○	クロロール じゃがとろ卵焼き トマト 野菜スープ	クロロール、じゃが芋、サラダ油	卵、豚挽、ウインナー、とけるチーズ	玉ねぎ、人参、トマト、ピーマン、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、醤油、塩	牛乳 菓子(おこさませんべい)	◆ヨーグルト和え(ヨーグルト、砂糖、黄桃缶、バナナ、みかん缶、バイン缶)	365.3(413.9) 14.6(16.4) 14.6(16.3) 2.0(1.9)
13 金 ○	ごはん さわらのごま味噌かけ 酢和え 豆腐とねぎのすまし汁	米、砂糖、春雨	さわら、豆腐、ミックス味噌、わかめ	きゅうり、人参、もやし、ねぎ、白ごま	酢、削り節、醤油、だし昆布、みりん、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(あげびの実パウンドケーキ)(りんご)	619.7(571.4) 27.6(25.9) 20.0(19.5) 1.5(1.3)
14 土	いなり寿司 フルーツゼリー(ぶどう)	いなり寿司		フルーツゼリー(ぶどう)		ヨーグルト		
16 月 ○	ごはん はんぺんとひじきの煮物 豆腐と玉ねぎの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豆腐、若鶏、はんぺん、味噌、油揚げ、ひじき、わかめ	糸こんにゃく、人参、玉ねぎ、白ごま	醤油、削り節、だし昆布	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ミレービスケット)	569.7(509.3) 26.0(22.6) 17.6(15.9) 2.7(2.2)
17 火 ○	ごはん キャベツと豚肉の味噌炒め わかめとえのきのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、ねぎ、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆アップルケーキ(米粉パウダー、砂糖、サラダ油、豆乳、りんご)	588.5(540.2) 25.8(27.4) 17.9(16.0) 2.1(1.7)
18 水	チキンライス キャベツと玉ねぎのスープ サンタさんの三色デザート	米、サラダ油	若鶏、ウインナー	サンタさんの三色デザート、玉ねぎ、人参、キャベツ、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、中華スープの素、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 洋菓子(クレープ(みかん))	621.2(582.1) 19.0(17.0) 21.5(20.4) 1.6(1.4)
19 木 ○	ごはん おでん みかん	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、厚揚げ、豚挽、赤味噌	みかん、大根、人参、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 菓子(ふんわりソフトせん)	牛乳 ◆フレンチトースト(食パン、砂糖、卵、牛乳)	666.9(591.7) 26.5(23.0) 16.9(15.6) 2.8(2.3)
20 金 ○	米粉ロール 若鶏のから揚げ 野菜サラダ 野菜スープ	米粉ロール、片栗粉、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	若鶏	キャベツ、人参、玉ねぎ、きゅうり、パセリ	醤油、酒、コンソメスープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 クリスマス米粉のカップケーキ	571.2(577.9) 24.5(29.4) 29.0(26.9) 2.8(2.4)
21 土	おにぎり(鮭・鮭) やさいゼリー	おにぎり(鮭・鮭)		やさいゼリー		ヨーグルト		
23 月 ○	ツナとわかめの混ぜごはん ごまだれサラダ 豆腐とねぎの味噌汁	米、砂糖	豆腐、ツナ、味噌、わかめ	人参、もやし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、白ごま、生姜	醤油、削り節、酢、だし昆布、みりん、わかめご飯の素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ソフトサラダ)	486.5(438.3) 20.6(18.2) 14.5(13.2) 2.8(2.3)
24 火 ○	菜飯 豚汁 フルーツゼリー(りんご)	米、里芋、サラダ油	豚平、赤味噌	フルーツゼリー(りんご)、大根、玉ねぎ、人参、ごぼう、ねぎ	菜飯の素	牛乳 菓子(おこさませんべい)	牛乳 菓子(アスパラガスビスケット)	573.0(537.3) 19.2(17.2) 15.3(13.8) 1.8(1.8)
25 水 ○	スパゲティミートソース 野菜サラダ 野菜ジュース(野菜生活)	スパゲティ、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油、砂糖	豚挽	野菜ジュース(野菜生活)、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、きゅうり、コーンホール缶	トマトケチャップ、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子(あげせんべい)	626.9(572.8) 19.8(17.6) 29.3(26.2) 2.4(2.0)
26 木 ○	ごはん 野菜炒め えのきと油揚げの味噌汁	米、じゃが芋、サラダ油	ウインナー、味噌、油揚げ、わかめ	キャベツ、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ピーマン	削り節、だし昆布、醤油、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(味しらべ)	560.4(514.8) 20.4(18.1) 17.2(15.4) 2.4(2.0)
27 金 ○	しらすコーンごはん 豆腐と玉ねぎの味噌汁 黄桃缶	米	豆腐、味噌、しらす	黄桃缶、玉ねぎ、コーンホール缶、人参、ねぎ	削り節、だし昆布、わかめご飯の素	牛乳 菓子(ふんわりソフトせん)	野菜ジュース(アップルキャロット) 菓子(ハッピーターン)	437.9(461.0) 11.9(13.2) 4.6(8.0) 1.8(1.6)
28 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		

◆は手作りおやつです。
※日にちの欄に○印がついている日は箸を持ってきてください。 ※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。 ※太枠の日は、卵・乳アレルギーに対応した別メニューを用意しています。