# 令和8年12月分献立表

（離乳食：1日3回食）（12から18か月頃）

大府市公私立保育園
令和8年10月22日現在

| 日<br>曜 | 献立名 | 使用材料名<br>黄色の食品<br>熱や力となるもの | 赤色の食品<br>血や肉や骨になるもの | 緑色の食品<br>体の調子をよくするもの | 調味料・その他 | 午前のおやつ | 午後のおやつ | 午後のおやつ材料名 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1<br>火 | 軟飯<br>おでん<br>ごま和え | 米、里芋、砂糖、サラダ油 | はんぺん、厚揚げ、豚挽、赤味噌 | 大根、人参、もやし、きゅうり、白ごま | 醤油、削り節、だし昆布、塩 | 牛乳<br>オレンジ | 牛乳<br>◆ウインナー入パンケーキ | （米粉ﾊﾟｳﾀﾞｰ（ﾊﾟﾝｹｰｷ用）、サラダ油、豆乳、ウインナー） |
| 2<br>水 | 焼きそば<br>中華わかめスープ<br>ヨーグルト（りんご） | 焼きそば、サラダ油、ごま油 | ヨーグルト（りんご）、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<br>バナナ | 野菜ジュース（白ぶどう＆ほうれん草）<br>菓子（おにぎりせんべい・塩） | |
| 3<br>木 | レーズンロール<br>鶏挽と野菜の炒め煮<br>野菜スープ | レーズンロール、サラダ油、砂糖 | 鶏挽 | キャベツ、玉ねぎ、人参 | 醤油、コンソメスープの素、酒、塩 | 牛乳<br>菓子（おこさませんべい） | 牛乳<br>菓子（あげせんべい） | |
| 4<br>金 | 鮭ごはん（軟飯）<br>三色きんぴら炒め<br>豆腐となすの味噌汁 | 米、じゃが芋、砂糖、サラダ油 | 豆腐、さけ、味噌、しらす、わかめ | 人参、ピーマン、なす、白ごま | 醤油、削り節、だし昆布、酒、塩 | 牛乳<br>オレンジ | 牛乳<br>菓子（カルシウムせん） | |
| 5<br>土 | いなり寿司<br>フルーツゼリー（りんご） | いなり寿司 | | フルーツゼリー（りんご） | | ヨーグルト | | |
| 7<br>月 | 味ごはん（軟飯）<br>酢和え<br>玉ねぎとえのきの味噌汁 | 米、砂糖、春雨、サラダ油 | 若鶏、味噌、油揚げ | 人参、きゅうり、玉ねぎ、もやし、ねぎ、えのきたけ | 醤油、酢、削り節、だし昆布、塩 | 牛乳<br>オレンジ | 牛乳<br>菓子（アスパラガスビスケット） | |
| 8<br>火 | 軟飯<br>豆腐のくず煮<br>ほうれん草のごま和え | 米、砂糖、サラダ油、片栗粉 | 豆腐、鶏挽、ひじき | ほうれん草、人参、玉ねぎ、ねぎ、しめじ、コーンホール缶、白ごま | 醤油、酒、みりん | 牛乳<br>バナナ | 牛乳<br>菓子（ほしたべよ） | |
| 9<br>水 | 長崎ちゃんぽん<br>中華和え<br>フルーツゼリー（りんご） | 中華そば、サラダ油、砂糖、ごま油 | 豚平、かまぼこ、ツナ | フルーツゼリー（りんご）、もやし、キャベツ、きゅうり、人参、ほうれん草、コーンホール缶 | 醤油、中華スープの素、酒、酢、塩 | 牛乳<br>オレンジ | 牛乳<br>◆ラスク | （薄切り食パン、バター、グラニュー糖、） |
| 10<br>木 | クロロール<br>じゃがとろ卵焼き<br>トマト<br>キャベツと玉ねぎのスープ | 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、トマト、人参、キャベツ、ピーマン | トマトケチャップ、コンソメスープの素、醤油、塩 | 牛乳<br>菓子（がんばれ野菜家族） | ◆豆乳ヨーグルトのフルーツ和え | （豆乳のヨーグルト、砂糖、黄桃缶、バナナ、みかん缶、パイン缶） |
| 11<br>金 | 軟飯<br>鮭の西京焼き<br>拌三絲<br>豆腐と人参のすまし汁 | 米、春雨、砂糖、ごま油、サラダ油 | さけ、豆腐、チキンハム、白甘みそ | 人参、きゅうり、ねぎ | 醤油、削り節、酒、みりん、だし昆布、酢、塩 | 牛乳<br>バナナ | 牛乳<br>菓子（あけびの実ﾊﾟｳﾝﾄﾞｹｰｷ）（プレーン） | |
| 12<br>土 | おにぎり（鮭・鮭）<br>フルーツゼリー（みかん） | おにぎり（鮭・鮭） | | フルーツゼリー（みかん） | | ヨーグルト | | |
| 14<br>月 | 軟飯<br>すき焼き風煮<br>玉ねぎとえのきの味噌汁 | 米、砂糖、サラダ油 | 豚平、焼き豆腐、味噌、わかめ | 白菜、人参、ねぎ、玉ねぎ、えのきたけ | 醤油、削り節、だし昆布、酒 | 牛乳<br>黄桃缶 | 牛乳<br>菓子（ハッピーターン） | |
| 15<br>火 | ビビンバ丼（軟飯）<br>中華わかめスープ<br>フルーツゼリー（もも） | 米、砂糖、ごま油、サラダ油 | 豚挽、赤味噌、わかめ | フルーツゼリー（もも）、もやし、人参、ほうれん草、ねぎ、えのきたけ、白ごま | 中華スープの素、醤油、酢、酒、塩 | 牛乳<br>オレンジ | 牛乳<br>◆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） |
| 16<br>水 | チキンライス（軟飯）<br>ウインナーとキャベツのスープ<br>クリスマスのデザート | 米、サラダ油 | 若鶏、ウインナー | クリスマスのデザート、玉ねぎ、人参、キャベツ | 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<br>バナナ | 牛乳<br>お米de国産りんごのタルト | |
| 17<br>木 | 軟飯<br>はんぺんとひじきの煮物<br>豆腐とねぎの味噌汁 | 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 | 人参、ねぎ、白ごま | 醤油、削り節、だし昆布 | 牛乳<br>菓子（おこさませんべい） | 牛乳<br>◆フレンチトースト | （食パン、砂糖、卵、牛乳） |
| 18<br>金 | 軟飯<br>鶏肉の照り焼き<br>マカロニサラダ<br>野菜スープ | 米、マカロニ（グルテンフリー）、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油 | 若鶏、ツナ | 人参、玉ねぎ、きゅうり | 醤油、酒、コンソメスープの素、塩 | 牛乳<br>バナナ | 牛乳<br>米粉のカップケーキ | |
| 19<br>土 | いなり寿司<br>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 | | |
| 21<br>月 | 軟飯<br>厚揚げとキャベツの味噌炒め<br>わかめと人参のすまし汁 | 米、サラダ油、砂糖、ごま油 | 豚平、厚揚げ、味噌、わかめ | キャベツ、人参、ピーマン、ねぎ | 醤油、削り節、だし昆布、塩 | 牛乳<br>オレンジ | 牛乳<br>きらきら星のおせんべい | |
| 22<br>火 | ロールパン<br>米粉のパンプキンシチュー<br>ハムとコーンのサラダ | ロールパン、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油 | 若鶏、豆乳、チキンハム | 人参、玉ねぎ、かぼちゃ、コーンクリーム缶、きゅうり、コーンホール缶 | 米粉のクリームシチュールウ、塩、コンソメスープの素 | 牛乳<br>バナナ | 牛乳<br>◆ふわふわきなこ | （焼麸、砂糖、サラダ油、きな粉、塩） |
| 23<br>水 | スパゲティミートソース<br>野菜サラダ<br>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<br>菓子（がんばれ野菜家族） | 牛乳<br>◆五平餅 | （米、砂糖、赤味噌、白ごま、みりん） |
| 24<br>木 | 軟飯<br>肉じゃが<br>ほうれん草とえのきの味噌汁 | じゃが芋、米、サラダ油、砂糖 | 豚平、味噌、わかめ | 玉ねぎ、人参、ほうれん草、えのきたけ | 削り節、醤油、だし昆布、塩 | 牛乳<br>黄桃缶 | 牛乳<br>菓子（古代米せんべい） | |
| 25<br>金 | しらすコーンごはん（軟飯）<br>豚汁<br>黄桃缶 | 米、里芋、サラダ油 | 豚平、赤味噌、しらす | 黄桃缶、大根、玉ねぎ、コーンホール缶、人参、ねぎ | | 牛乳<br>オレンジ | 牛乳<br>菓子（あけびの実クッキー）（プレーン） | |
| 26<br>土 | おにぎり（鮭・鮭）<br>やさいゼリー | おにぎり（鮭・鮭） | | やさいゼリー | | ヨーグルト | | |
| 28<br>月 | シーチキンごはん（軟飯）<br>わかめスープ<br>マスカットゼリー | 米 | ツナ、わかめ | 人参、コーンホール缶、マスカットゼリー | 醤油、酒、コンソメスープの素、塩 | 牛乳<br>みかん缶 | 野菜ジュース（アップルキャロット）<br>菓子（味しらべ） | |

◆は手作りおやつです。
※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。