

2023年度 12月 給食予定献立表

戸塚愛児園

日付	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質	材 料 名 (○は午後おやつ)			軽食
				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金	牛乳 ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 白菜ときゅうりの甘酢和え 切干大根の味噌汁	エビトースト 牛乳	539.2(591.8) 26.9(30.5)	米、○食パン、○マヨネーズ、砂糖	鶏もも肉、米みそ、○ピザ用チーズ、○干しえび	はくさい、にんじん、きゅうり、たまねぎ、マーマレード、切り干しだいこん	粉吹き芋
02土	牛乳 豚肉の味噌丼 キャベツの浅漬け なすの味噌汁	バナナ おせんべい 牛乳	505.8(561.8) 16.4(21.1)	米、○ソフトおせんべい、油、砂糖	豚肩ロース肉、米みそ	○バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、なす、ピーマン	/
04月	牛乳 ごはん 豆腐の肉味噌のせ 人参サラダ もやしの味噌汁	カルピス蒸しパン 乳児:お茶 幼児:牛乳	590.7(468.9) 24.5(19.2)	米、○ホットケーキミックス、油、砂糖、片栗粉	木綿豆腐、豚ひき肉、○牛乳、チーズ、○カルピス、米みそ	にんじん、もやし、たまねぎ、万能ねぎ、干しぶどう	バナナ
05火	牛乳 ごはん 豚肉の生姜焼き 根菜の煮物 かぼちゃの味噌汁	ピザトースト 牛乳	583.5(631.7) 24.2(28.1)	米、○食パン、砂糖	豚肩ロース肉、○ベーコン、○ピザ用チーズ、米みそ	だいこん、かぼちゃ、にんじん、○たまねぎ、ごぼう、○ピーマン、しょうが	おかかご飯
06水	牛乳 ごはん 鮭の唐揚げ きんぴらごぼう かぶの味噌汁 乳児:柿	マカロニきな粉 お茶	486.4(497.8) 21.9(22.9)	米、○マカロニ、小麦粉、油、○砂糖、ごま、砂糖、ごま油	さけ、○きな粉、米みそ	ごぼう、にんじん、かぶ、たまねぎ、かぶ・葉、しょうが、かき	ふかし芋
07木	牛乳 ハイジパン 鶏肉のパーベキューソース ポパイサラダ 春雨スープ 幼児:柿	ポトフ リッツ お茶	437.2(468.8) 21.7(23.0)	ハイジパン、○じゃがいも、○リッツ、マヨネーズ、片栗粉、はるさ、砂糖、油	鶏もも肉、○ウインナー、かにかまぼこ	ほうれんそう、○たまねぎ、○キャベツ、にんじん、コーン、チンゲンサイ、○にんじん、りんご、レモン果汁、かき	和風ツナご飯
08金	牛乳 ごはん 鯖の味噌煮 うの花炒り煮 ほうれん草とえのきのすまし汁	もちまる 乳児:お茶 幼児:牛乳	606.9(483.5) 28.2(22.5)	米、○白玉粉、○ホットケーキ粉、砂糖、ごま油	さば、おから、○粉チーズ、○牛乳、米みそ	ほうれんそう、えのきたけ、にんじん、しめじ、しょうが	青菜ご飯
09土	牛乳 マーボー春雨丼 白菜のゆかり和え さつま芋の味噌汁	りんごジャムサンド 牛乳	568.4(618.1) 19.4(23.8)	米、○食パン、さつまいも(皮付)、はるさめ、砂糖、ごま油	豚ひき肉、米みそ	はくさい、にんじん、たまねぎ、○りんごジャム、ねぎ、しょうが	/
11月	牛乳 ごはん 鶏肉の磯辺焼き もやしと人参のナムル 油揚げと玉ねぎの味噌汁	ココアスコーン 乳児:お茶 幼児:牛乳	600.5(477.8) 24.6(19.2)	米、○小麦粉、○砂糖、ごま油、○油	鶏もも肉、○豆乳、油揚げ、米みそ	もやし、にんじん、たまねぎ、あおのり	粉吹き芋
12火	牛乳 ごはん 松風焼き きゅうりとわかめの酢の物 お麩の味噌汁	シュガートースト 牛乳	573.9(623.1) 25.5(29.3)	米、○食パン、砂糖、ごま、○砂糖、○マーガリン、焼ふ、片栗粉	鶏ひき肉、豆乳、米みそ、凍り豆腐	きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ、カットわかめ	塩昆布ご飯
13水	牛乳 けんちんうどん かぼちゃサラダ みかん	しらすわかめおにぎり お茶	450.4(466.3) 15.2(17.0)	ゆでうどん、○米、マヨネーズ、油、砂糖	絹ごし豆腐、鶏むね肉、油揚げ、○しらす干し	みかん、かぼちゃ、だいこん、きゅうり、にんじん、ねぎ	ゆかりご飯
14木	牛乳 ごはん レバーのかりん揚げ 切干大根の旨煮 きこの味噌汁	スイートポテト お茶	501.6(497.2) 17.2(18.5)	○さつまいも、米、片栗粉、油、砂糖、ごま、○砂糖	豚レバー、油揚げ、米みそ、○バター	切り干しだいこん、えのきたけ、エリンギ、にんじん、しめじ、しょうが	バナナ
15金	牛乳 ごはん 鱈の照り焼き キャベツの胡麻ネーズ和え なすの味噌汁	ハニートースト 牛乳	575.3(624.4) 25.9(29.6)	米、○食パン、マヨネーズ、○はちみつ、○マーガリン、ごま	かれい、ちくわ、米みそ	キャベツ、なす、にんじん、たまねぎ	わかめご飯
16土	牛乳 チキンライス ブロッコリーとツナのサラダ キャベツのスープ	お菓子 牛乳	550.2(601.8) 18.8(23.3)	米、○源氏パイ、○ソフトおせんべい、マヨネーズ、油、ごま	鶏もも肉、ツナ	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン	/
18月	牛乳 ごはん 鱈の煮付け ふろふき大根 豆腐と小松菜のすまし汁	キャロットケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	481.5(370.7) 23.3(18.1)	米、○ホットケーキ粉、砂糖、○油、○砂糖、片栗粉	たら、絹ごし豆腐、○豆乳、米みそ	だいこん、こまつな、○にんじん、しょうが	青菜ご飯
19火	牛乳 食パン 鶏肉のチーズ焼き 春雨サラダ 青梗菜のスープ	中華風塩昆布おにぎり お茶	384.5(407.1) 20.1(21.4)	食パン、○米、はるさめ、○ごま、砂糖、○ごま油、ごま油	鶏もも肉、ピザ用チーズ	きゅうり、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、○塩こんぶ	バナナ
20水	牛乳 しそわかめごはん 鶏肉のオニオンドレッシング ごぼうサラダ 白菜の味噌汁	りんご蒸しパン 乳児:お茶 幼児:牛乳	631.9(505.9) 24.0(18.7)	米、○ホットケーキミックス、マヨネーズ、○砂糖、片栗粉、砂糖、油	鶏もも肉、○豆乳、米みそ	ごぼう、はくさい、にんじん、○りんご濃縮果汁、きゅうり、たまねぎ	おかかご飯
21木	牛乳 ごはん 鯖の幽庵焼き ひじきの炒り煮 豚汁	コーンフレーク 牛乳	541.4(593.9) 25.0(28.8)	米、○コーンフレーク、さといも、○コーンフロスト、砂糖、油	さわら、豚肩ロース肉、米みそ	だいこん、にんじん、しめじ、ごぼう、ねぎ、ひじき、ゆず果汁	ふかし芋
22金	牛乳 ピラフ フライドチキン スイートポテトサラダ オニオンスープ	クリスマスケーキ 牛乳	712.0(762.7) 22.4(26.7)	米、さつまいも(皮付)、○小麦粉、○油、○砂糖、油、片栗粉、マヨネーズ、○粉糖	鶏もも肉、○豆乳	たまねぎ、きゅうり、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、○いちご、しょうが	ゆかりご飯
23土	牛乳 ごはん クリームシチュー 三色サラダ ほうれん草のスープ	おかかおにぎり お茶	547.4(538.3) 15.6(17.1)	米、じゃがいも、○米、油、砂糖	牛乳、豚肩ロース肉、シチューミックスクリーム、○かつお節	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ほうれんそう、コーン	/
25月	牛乳 スパゲッティミートソース おからサラダ わかめのスープ	韓国風混ぜご飯 お茶	470.3(484.2) 19.3(20.6)	スパゲッティ、○米、マヨネーズ、○砂糖、小麦粉、○ごま油、砂糖	鶏ひき肉、おから、○豚ひき肉、ハム、バター	たまねぎ、ブロッコリー、カットトマト缶、○にんじん、にんじん、○きゅうり、ピーマン、カットわかめ、○しょうが	粉吹き芋
26火	牛乳 豚丼 白菜の塩昆布和え なめこの味噌汁	バナナ おせんべい 牛乳	617.0(552.1) 22.3(20.4)	米、○ソフトおせんべい、砂糖	豚肩ロース肉、米みそ	○バナナ、はくさい、たまねぎ、しらたき、なめこ、ねぎ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ	わかめご飯
27水	牛乳 ごはん マーボー豆腐 さつま芋の甘煮 キャベツの味噌汁	五平餅 お茶	541.9(533.3) 16.4(17.8)	さつまいも(皮付)、米、○米、○もち米、○砂糖、砂糖、片栗粉、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ、○米みそ	キャベツ、にんじん、ねぎ、たけのこ水煮、しめじ、しょうが	ひじきご飯
28木	牛乳 チキンカレーライス 大根とかにかまのサラダ もやしのスープ	スコーン・ストロベリー 乳児:お茶 幼児:牛乳	571.4(467.0) 18.3(13.9)	米、じゃがいも、○小麦粉、○油、○砂糖、マヨネーズ、油	鶏むね肉、カレールウ、○豆乳、かにかまぼこ	たまねぎ、だいこん、きゅうり、もやし、にんじん、○いちごジャム	おかかご飯

・20日お誕生会

※乳児クラスは一日の必要栄養量の補給の為に、牛乳のみを午前おやつとして提供しています。

※当園は卵不使用のマヨネーズを使用しています。