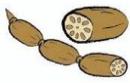


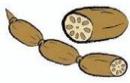


# 2024年度 12月 給食献立予定表



認定こども園  
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	ワンポイント
			赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの		
2月	○	麦ご飯 果物 花シュウマイ 中華春雨サラダ みそ汁	豚ひき肉 豆腐 ロースハム 油揚げ みそ	果物 玉ねぎ 人参 ねぎ 椎茸 きゅうり キャベツ 人参 白菜	米 押麦 ごま油 片栗粉 パン粉 シュウマイの皮 砂糖 砂糖 春雨 ごま油	麦茶 マカロニきな粉	 <b>冬野菜 れんこん</b> れんこんは、ハスの地下茎が肥大したものです。原産はインドと言われ、日本では先が見通せるなどのことから縁起物としても食べられてきました。
3火	○	麦ご飯 果物 さばの薬味ソース焼き 胡麻和え みそ汁	さば みそ	果物 ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 砂糖 砂糖 ごま じゃがいも	麦茶 リンゴマフィン	
4水	○	麦ご飯 果物 コロッケ 大根サラダ コンソメスープ	豚ひき肉 ロースハム	果物 玉ねぎ 人参 大根 人参 きゅうり 玉ねぎ えのき ねぎ	米 押麦 じゃがいも パン粉 油 マヨネーズ 麩	麦茶 ココアクッキー	
5木	○	麦ご飯 果物 鮭のみそ焼き ブロッコリー 大豆の磯煮 すまし汁	生鮭 みそ ひじき 油揚げ 大豆水煮 高野豆腐 豆腐	果物 ブロッコリー 人参 いんげん 玉ねぎ 椎茸 人参	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 サンドパン	
6金	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き れんこんサラダ みそ汁	鶏もも肉 ツナ 油揚げ みそ	果物 れんこん 人参 きゅうり とうもろこし 大根 ねぎ	米 押麦 マーマレード ごま マヨネーズ	麦茶 ざつぽんソルト	
7土	○	焼きそば ウインナー ブロッコリー 果物 中華スープ	豚もも肉 ウインナー	玉ねぎ 人参 キャベツ ピーマン ブロッコリー 果物	油 中華蒸麺 ごま油	麦茶 せんべい	
9月	○	カレーライス 白菜サラダ チーズ 果物	豚もも肉 ロースハム チーズ	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ 白菜 人参 きゅうり レモン	米 押麦 カレールウ じゃがいも 油 砂糖 油	麦茶 ババロア	
10火	○	みそラーメン 焼ミニポテト 小魚 果物	豚もも肉 なたと みそ いわし	果物 白菜 もやし 人参 筍 しめじ ねぎ とうもろこし	中華生麺 ごま油 片栗粉 じゃがいも 油 砂糖 ごま	麦茶 クリームパン	
11水	○	麦ご飯 果物 カレーのごま照り焼き ブロッコリー 千草和え みそ汁	カラスカレイ 油揚げ 豆腐 みそ	果物 ブロッコリー キャベツ ほうれん草 人参 しらたき 玉ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖 砂糖 ごま油	麦茶 シリアルバー	
12木	○	食パン りんご 鶏のから揚げ ブロッコリー シルバーサラダ わかめのスープ	鶏もも肉 ロースハム わかめ	りんご ブロッコリー キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ	食パン 片栗粉 油 春雨 マヨネーズ 砂糖	麦茶 塩昆布おにぎり	
13金	○	麦ご飯 果物 さばのみそ煮 ツナサラダ 小松菜のすまし汁	さば みそ ツナ 豆腐	果物 きゅうり キャベツ 人参 人参 ねぎ 小松菜	米 押麦 砂糖 砂糖 油	麦茶 バナナマフィン	
14土	○	中華丼 小魚 ゼリー 野菜スープ	豚もも肉 なたと いわし	白菜 人参 筍 玉ねぎ ピーマン 椎茸	米 押麦 砂糖 ごま油 片栗粉 ごま 砂糖	麦茶 クッキー	
16月	○	麦ご飯 果物 魚のオーロラソース焼き ブロッコリー コーンサラダ みそ汁	カラスカレイ 油揚げ みそ	果物 ブロッコリー きゅうり 人参 キャベツ とうもろこし しめじ 玉ねぎ	米 押麦 マヨネーズ 油 砂糖	麦茶 ホットケーキ	
17火	○	黒米ご飯 ケーキ タンドリーチキン マカロニサラダ コンソメスープ	生クリーム 鶏もも肉 ヨーグルト ロースハム	いちご きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 大根	米 黒米 ごま ロールケーキ 砂糖 マカロニ マヨネーズ	麦茶 ふわっとふー	
18水	○	麦ご飯 果物 さわらの香味焼き 茹でキャベツ ひじき煮 みそ汁	さわら ひじき 油揚げ みそ	果物 ねぎ キャベツ 人参 いんげん 白菜 椎茸	米 押麦 ごま 砂糖 油 砂糖	麦茶 たこ焼き	
19木	○	スパゲティーミートソース チーズサラダ 果物 野菜スープ	豚ひき肉 チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん トマト きゅうり 人参 キャベツ レモン 果物 もやし 人参 しめじ	スパゲティー 油 砂糖 片栗粉 油 砂糖	麦茶 鮭わかめおにぎり	
20金	○	麦ご飯 果物 クリスピーチキン ブロッコリー かぼちゃの甘煮 わかめのスープ	鶏もも肉 わかめ	果物 ブロッコリー かぼちゃ 筍 人参 ねぎ	米 押麦 コーンフレーク 砂糖	麦茶 揚げパン	
21土	○	ピラフ チーズ 果物 コンソメスープ	ウインナー チーズ	人参 玉ねぎ しめじ ピーマン	米 押麦	麦茶 せんべい	
23月	○	麦ご飯 果物 鮭のパン粉焼き ブロッコリー 中華大根サラダ みそ汁	生鮭 粉チーズ ツナ 豆腐 わかめ みそ	果物 ブロッコリー きゅうり 人参 大根 玉ねぎ	米 押麦 パン粉 油 ごま油 砂糖	麦茶 きな粉クッキー	
24火	○	麦ご飯 果物 キッズナゲット フレンチサラダ コーン豆乳スープ	鶏ひき肉 鶏もも肉 豆腐 ロースハム 豆乳	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ とうもろこし	米 押麦 パン粉 片栗粉 油 砂糖 油	麦茶 みたらしまカロニ	
25水	○	きつねうどん さつまいもの天ぷら キャベツのおかか和え 果物	鶏もも肉 油揚げ なたと かつお節	玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ キャベツ 人参 果物	うどん 砂糖 さつまいも 小麦粉 油 砂糖	麦茶 しらすおにぎり	
26木	○	麦ご飯 果物 ハンバーグ ツナ海草サラダ コンソメスープ	豚ひき肉 豆腐 わかめ ツナ	果物 玉ねぎ 人参 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ しめじ 人参	米 押麦 パン粉 ごま油 砂糖 じゃがいも	麦茶 ココア蒸しパン	
27金	○	麦ご飯 果物 魚のフライ 切干大根煮 みそ汁	しいら 油揚げ 豆腐 みそ	果物 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ えのき	米 押麦 パン粉 小麦粉 油 油 砂糖	麦茶 米粉のケーキ	
28土	○	ハヤシライス スマイルポテト 小魚 ミニゼリー	豚もも肉 いわし	人参 玉ねぎ しめじ いんげん	米 押麦 ハヤシルウ じゃがいも 油 ごま 砂糖	麦茶 クッキー	



冬野菜  
れんこん

れんこんは、ハスの地下茎が肥大したものです。原産はインドと言われ、日本では先が見通せるなどのことから縁起物としても食べられてきました。



希望献立

12日はさくら組の希望献立です。食パンにから揚げ、みんなが大好きなメニューですね。お楽しみに



クリスマスメニュー



あゆのさとでは、17日にクリスマス会を行います。給食では、いちごを乗せたミニケーキとタンドリーチキンを提供します。



※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています  
※ 栄養価は、お昼とおやつとの合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。  
※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。

1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
乳児	493kcal	20.9g	17.1g	1.6g
幼児	544kcal	22.2g	16.7g	1.9g