

令和6年度12月基本献立材料表【普通食・完了食】

認定こども園早苗幼稚園

期	12/2(月)	12/3(火)	12/4(水)	12/5(木)	12/6(金)	12/7(土)	12/9(月)	12/10(火)	12/11(水)	12/12(木)	12/13(金)	12/14(土)	12/16(月)	12/17(火)	12/18(水)	
献立名	ごはん 豚肉と春雨の中華炒め ほうれん草のナムル わかめスープ	豆腐あんかけ丼 チンゲン菜の塩昆布和え	ごはん 豚肉のコンソメバター炒め ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	醤油ラーメン さつま芋の甘煮	もぶり飯 サケの塩焼き 呉の肉じゃが みそ汁	【広島県 郷土料理】 白米 ささがきごぼう 人参 椎茸 いんげん しょうゆ 醤油 みりん 酒	鶏のうま煮丼 チンゲン菜の和え物	ごはん 豚肉のトマト煮込み いんげんのサラダ コンソメスープ	ごはん プリの照り焼き ほうれん草の炒め物 コンソメ汁	ごはん 冬野菜のクリームシチュー フレンチサラダ	【豆腐の日】 ごはん 肉豆腐 カリフラワーのおかか和え みそ汁	ごはん 豚肉のしょうが焼き チンゲン菜の和え物 みそ汁	和風スバゲティ 里芋のそぼろ煮	カレーライス フルーツヨーグルト ミニドリンク	ごはん 豚肉のおろし煮 ほうれん草のりえ みそ汁	豚汁うどん 玉ねぎ 里芋 人参 いんげん 天然だし(昆布・かつお) みそ 醤油 砂糖 みりん 酒
材料名	白米 豚肉 春雨 玉ねぎ 人参 ピーマン 中華だし 醤油 みりん 酒 砂糖 みりん 酒 ごま油	白米 木綿豆腐 鶏肉 白菜 人参 中華だし 醤油 みりん 酒 バター 片栗粉	白米 豚肉 カリフラワー 玉ねぎ 人参 中華だし エリンギ コンソメ 醤油 みりん 酒 塩 バター ブロッコリー コーン	中華麺 豚肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 中華だし(昆布・かつお) しょうゆ 醤油 みりん 酒 ごま油	白米 ささがきごぼう 人参 椎茸 いんげん しょうゆ 醤油 みりん 酒	白米 鶏肉 厚揚げ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 天然だし(昆布・かつお) しょうゆ 醤油 みりん 酒	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 マカロニ ホールトマト コンソメ グチャップ ソース 塩 砂糖	白米 人参 玉ねぎ 人参 マカロニ ホールトマト コンソメ グチャップ ソース 塩 砂糖	白米 プリ 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 ほうれん草 鶏肉 人参 醤油 みりん 塩 油	白米 鶏肉 大根 白菜 人参 ブロッコリー 牛乳 クリームシチュールー スキムミルク コンソメ 油	白米 牛肉 焼き豆腐 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく 天然だし(昆布・かつお) 牛乳 カリウムシチュールー スキムミルク コンソメ 酒	スバゲティ 鶏肉 玉ねぎ 人参 小松菜 天然だし(昆布・かつお) 人参 カレーウ ソース グチャップ 油 スキムミルク	白米 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 天然だし(昆布・かつお) 人参 カレーウ ソース グチャップ 油 スキムミルク	白米 豚肉 大根おろし 玉ねぎ 人参 れんこん 天然だし(昆布・かつお) みそ 醤油 砂糖 みりん 酒 しょうが	うどん 豚肉 玉ねぎ 里芋 人参 いんげん 天然だし(昆布・かつお) みそ 醤油 砂糖 みりん 酒	
カロリー	509kcal	482kcal	454kcal	392kcal	420kcal	448kcal	402kcal	452kcal	528kcal	466kcal	435kcal	457kcal	599kcal	400kcal	296kcal	
おやつ	カレーポテト じゃが芋 カレー粉 塩油	五平餅風 白米 みそ 醤油 砂糖	手作りゼリー りんご果汁 イナアガー 砂糖	チーズ蒸しパン 小麦粉 砂糖 フロセスチーズ ベーキングパウダー 塩 レモン果汁	レモンクッキー 小麦粉 砂糖 油 塩 レモン果汁	お菓子 お菓子	牛乳ハンカチー 小麦粉・砂糖 牛乳・油 スキムミルク 塩 ベーキングパウダー	塩昆布おにぎり 白米 塩昆布	大学芋風 さつま芋 黒ごま 砂糖・醤油 片栗粉 油	マカロニきな粉 マカロニ きな粉 砂糖 塩	ジャムパン 食パン ブルーベリージャム	お菓子 お菓子	レーズン蒸しパン 小麦粉 砂糖 レーズン ベーキングパウダー 塩	みたらしマカロニ マカロニ 醤油 砂糖 片栗粉	おかかおにぎり 白米 かつお節 醤油	
A	147kcal	195kcal	64kcal	142kcal	198kcal	103kcal	153kcal	173kcal	127kcal	61kcal	113kcal	102kcal	116kcal	62kcal	172kcal	
期	12/19(木)	12/20(金)	12/21(土)	12/23(月)	12/24(火)	12/25(水)	12/26(木)	12/27(金)								
献立名	ごはん ハンバーグとトマトソース ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	ごはん サワらの中華あんかけ チャプチェ 中華スープ	豚丼 かぼちゃの金平	ごはん 鶏肉の甘酢炒め チョレギサラダ 中華スープ	【冬至】 白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ささがきごぼう チンゲン菜 天然だし(昆布・かつお) しょうゆ 醤油 みりん 酒	白米 人参 玉ねぎ バター コンソメ 塩	白米 人参 玉ねぎ 人参 マヨドレ 塩 砂糖	ごはん タラのチーズ焼き 切干大根のサラダ コンソメスープ	白米 人参 玉ねぎ 人参 マヨドレ 塩 砂糖	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 わかめ 天然だし(昆布・かつお) みりん 酒						
材料名	白米 牛肉 豚肉 玉ねぎ ハン粉 塩油 ホールトマト グチャップ 砂糖 コンソメ 塩	白米 サワラ 塩 酒 玉ねぎ 人参 中華だし 醤油 みりん 酒 ごま油	豚丼 かぼちゃ 醤油 みりん 酒	ごはん 鶏肉の甘酢炒め チョレギサラダ 中華スープ	【冬至】 白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ささがきごぼう チンゲン菜 天然だし(昆布・かつお) しょうゆ 醤油 みりん 酒	白米 人参 玉ねぎ バター コンソメ 塩	白米 人参 玉ねぎ 人参 マヨドレ 塩 砂糖	ごはん タラのチーズ焼き 切干大根のサラダ コンソメスープ	白米 人参 玉ねぎ 人参 マヨドレ 塩 砂糖	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 わかめ 天然だし(昆布・かつお) みりん 酒						
カロリー	516kcal	435kcal	491kcal	506kcal	572kcal	376kcal	472kcal	316kcal								
おやつ	手作りゼリー びんどう果汁 イナアガー 砂糖	手作りチヂミ 小麦粉・片栗粉 玉ねぎ・人参 にら・とろけるチーズ 天然だし(昆布・かつお) ごま油・醤油	お菓子 お菓子	フレンチクッキー 小麦粉 砂糖 塩	高野豆腐 砂糖 醤油 きな粉	お茶漬け風おにぎり 白米 お茶漬けわかめ菜	手作りゼリー オレンジ果汁 イナアガー 砂糖	青のりポテト じゃが芋 青のり 醤油								
A	69kcal	115kcal	95kcal	198kcal	101kcal	172kcal	65kcal	147kcal								

今月の郷土料理は広島県です！

【もぶり飯】

「もぶり」の名前の由来は広島の方言で「混ぜる、混ぜ込む」を意味する「もぶる」であると言われてます。炊いたご飯に干し椎茸・ごぼう・人参・さやいんげんなどの野菜を混ぜ込んだものです。エビ・魚・貝類などを煮たり焼いたりしたものを混ぜることもあります。

【呉の肉じゃが】

一般的な「肉じゃが」といえば、じゃが芋・肉・玉ねぎをメインに人参やキヌサヤなどを入れますが、「呉の肉じゃが」はじゃが芋・牛肉・糸こんにゃく・玉ねぎと決まった具材で作られるのが特徴です。

【レモン】

広島県はレモンの生産量日本一を誇ります。レモンは温暖で降水量の少ない気候を好む果実であり、広島県の晴れの日が多く温かい気候で雨や雪が少なく乾燥しやすい気候がレモンに快適な地域です。

※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。 株式会社 富喜屋
 ※★印はアレルギーA除去食対象です。アレルギーB・Cは別紙メニューになります。
 ※お菓子はエースコイン、シガーフライ、ばりんこのローテーションになります。※魚料理は骨なしの魚を使用しておりますが、まれに骨が入っている場合もございます。気を付けてお召上がりください。