

2023年12月 予定献立表 きりしま保育園

給	お	日付	曜日	献立名	材料	おやつ
		15	金	魚の照焼き おかか和え 具だくさん汁 ごはん	かれい しょうゆ 酒 みりん 三温糖 きやべつ 小松菜 人参 粉かつお しょうゆ 鶏肉 白菜 人参 ごぼう 油揚げねぎ かつおだし コンソメ しょうゆ 塩 米	チーズサンド 食パン スライスチーズ マヨドレ 牛乳
		2	土	わかめうどん チーズ	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ しょうゆ みりん 塩 かつおだし プロセスチーズ	ベジロール ばたばた焼き 牛乳
		16		コンソメラーメン バナナ	中華めん ベーコン 白菜 玉ねぎ コーン ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 バナナ	黒糖ロール まがりせんべい 牛乳
4 月		4		肉団子 春雨サラダ 中華スープ ごはん	豚ひき肉 玉ねぎ 酒 塩 片栗粉 だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん 片栗粉 春雨 きゅうり キャベツ 人参 しょうゆ 三温糖 醋 ごま油 白菜 えのき ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 ごま油 米	沖縄風くずもち 片栗粉 黒砂糖 水 きな粉 三温糖 牛乳
		18		ハンバーグ コールスローサラダ ベーコンスープ ごはん	合いびき肉 玉ねぎ 油 塩 豆腐 豆乳 みそ パン粉 鶏がらスープ ケチャップ ウスターソース 三温糖 きやべつ 人参 きゅうり 塩 三温糖 醋 マヨドレ ベーコン 白菜 コーン コンソメ しょうゆ 塩 米	
○		5	火	グラタン 添え野菜 コンソメスープ わかめごはん	鶏肉 玉ねぎ バター ほうれん草 コンソメ 塩 小麦粉 牛乳 フチーズ パン粉 マカロニ ブロッコリー 塩 きやべつ 人参 コーン コンソメ しょうゆ 塩 米 炊き込みわかめ	みかん 雪の宿 牛乳
		6	水	魚の煮付け ごま和え みそ汁 ごはん	かれい しょうが しょうゆ 三温糖 みりん 酒 だし汁 きやべつ 人参 もやし ごま しょうゆ 三温糖 じやが芋 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ 米	ココア蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 ココア 水 油 牛乳
○		7		厚揚げと豚肉の煮物 小松菜のみぞドレッシング すまし汁 ごはん	厚揚げ 豚肉 玉ねぎ 油 だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん 酒 小松菜 人参 コーン すりごま マヨドレ みそ 三温糖 醋 ごま油 麸 えのき とろろ昆布 かつお・昆布だし しょうゆ みりん 塩 米	大学芋 さつまいも 油 水 三温糖 しょうゆ ごま 牛乳
○		21	木	鶏の唐揚げ フライドポテト みかんサラダ コーンスープ ロールパン	鶏肉 塩 酒 しょうが しょうゆ 片栗粉 油 冷凍フライドポテト 油 塩 みかん缶 キャベツ きゅうり 油 醋 三温糖 塩 クリームコーン 玉ねぎ コンソメ 塩 牛乳 片栗粉 ロールパン	雪だるまのパンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 豆乳 油 生クリーム 添え果物(もも缶 バナナ) 牛乳
○		8	金	鮭の塩焼き 切干大根煮 みそ汁 ごはん	鮭 塩 切干大根 人参 油揚げ だし汁 三温糖 しょうゆ みりん 豆腐 ほうれん草 かつおだし みそ 米	スペゲティ スペゲティ ベーコン 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳
		9		和風ちゃんぽん バナナ	中華めん ベーコン キャベツ 人参 たけのこ(水煮) もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 バナナ	北海道ミルクパン 星たべよ 牛乳
		23	土	みそ煮込みうどん チーズ	うどん 鶏肉 油揚げ 人参 小松菜 ねぎ かつおだし みそ プロセスチーズ	幼稚)クリームパン 乳児)ロールパン ハイハイン 牛乳
		11	月	麻婆豆腐 こふき芋 わかめスープ ごはん	豆腐 豚ひき肉 にら 玉ねぎ しょうが 油 ごま油 塩 しょうゆ 三温糖 赤みそ 片栗粉 じやが芋 ごま 塩 わかめ 玉ねぎ コーン コンソメ しょうゆ 塩 米	抹茶サブレ 小麦粉 三温糖 抹茶 水 油 牛乳
		12	火	鶏のマーマレード焼き フレンチサラダ みそ汁 ごはん	鶏肉 にんにく マーマレード しょうゆ 塩 酒 きやべつ 人参 きゅうり 油 醋 三温糖 塩 大根 白菜 油揚げ かつおだし みそ 米	12日)ばたばた焼き ムーンライト 26日)ヨーグルトケーキ 小麦粉 マーガリン 三温糖 卵 プレーンヨーグルト 豆乳 ベーキングパウダー 牛乳
		13	水	魚の塩麹揚げ ゆかり和え みそ汁 ごはん	さわら 塩麹 片栗粉 油 ほうれん草 もやし 白菜 ゆかり 玉ねぎ きやべつ 人参 ねぎ かつおだし汁 みそ 米	焼きおにぎり 米 人参 塩こんぶ しょうゆ 牛乳
○		14	木	豆乳カレーライス ツナサラダ	牛肉 人参 玉ねぎ じやが芋 しょうが にんにく 油 スパイス 塩 小麦粉 豆乳 ケチャップ ウスターソース トマトペースト しょうゆ コンソメ りんごソース 三温糖 米 ツナ水煮 きゅうり わかめ 醋 ごま油 三温糖 しょうゆ	14日)シュガーパイ パイ皮 グラニュー糖 28日)チョイスピスケット ばたばた焼き 牛乳

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります

※マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風味の調味料です

～給食で使用する食材について～

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。

集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。

保育園で初めて口にする食材がないよう、食物アレルギーのないお子さんも毎月の献立表で材料を確認し、

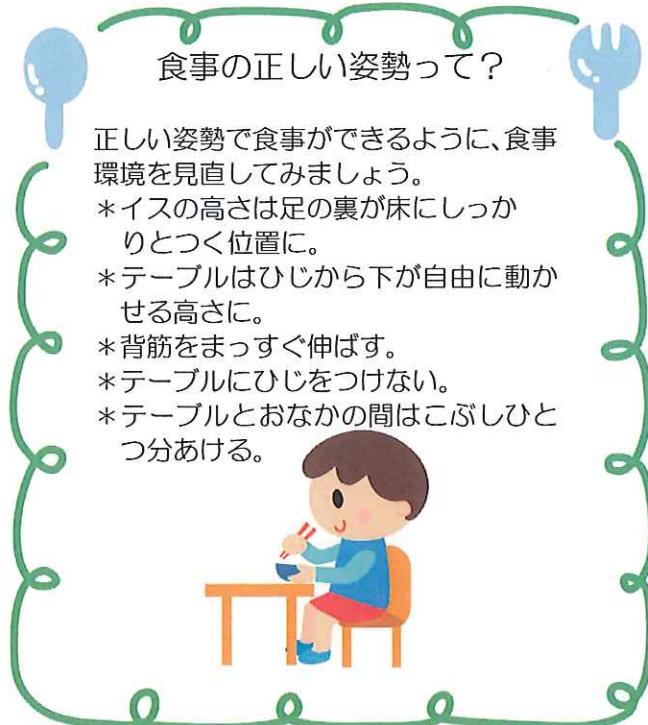
食べたことがない食材はご家庭で事前に食べて症状が出ないことを確認していただくようお願いします。



12月の 給食だより

きりしま保育園

食事のマナーを身につけましょう！



クリスマスやお正月とみんなで食事をする機会が増える年末年始。人とコミュニケーションをとり、楽しい時間をすごすにはマナーやルールが大切です。食事の基本的なマナーを教えるためには、食事環境を整え、食事の様子をよく観察し、子どもがまねをしたくなるようなお手本を見せてあげましょう！



調理室より



2023年12月 予定献立表 こうたり保育園

給付日	曜日	献立名	材料	おやつ	延長
1 金		魚の照焼き おかか和え 具だくさん汁 ごはん	かれい しょうゆ 酒 みりん 三温糖 きやべつ 小松菜 人参 粉かつお しょうゆ 鶏肉 白菜 人参 ごぼう 油揚げ ねぎ かつおだし コンソメ しょうゆ 塩 米	チーズサンド 食パン スライスチーズ マヨドレ 牛乳	動物ビスケット
15		具だくさんうどん汁 ゆかりごはん	鶏肉 白菜 人参 ごぼう 油揚げ ねぎ かつおだし コンソメ しょうゆ 塩 うどん 米 ゆかり		
2 土		わかめうどん ごはん(ぶりかけ)	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ しょうゆ みりん 塩 かつおだし 米 ゆかり	ベジロール ぼたぼた焼き 牛乳	お子様せんべい
16		コンソメラーメン ごはん(ぶりかけ)	中華めん ベーコン 白菜 玉ねぎ コーン ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 米 鮭わかめ	黒糖ロール まがりせんべい 牛乳	
4 月		肉団子 春雨サラダ 中華スープ ごはん	豚ひき肉 玉ねぎ 酒 塩 片栗粉 だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん 片栗粉 春雨 きゅうり キャベツ 人参 しょうゆ 三温糖 酢 ごま油 白菜 えのき ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 ごま油 米	沖縄風くずもち 片栗粉 黒砂糖 水 きな粉 三温糖 牛乳	サラダせんべい
18		ハンバーグ コールスローサラダ ベーコンスープ ごはん	合いびき肉 玉ねぎ 油 塩 豆腐 豆乳 みそ パン粉 鶏がらスープ ケチャップ ウスターーソース 三温糖 きやべつ 人参 きゅうり 塩 三温糖 酢 マヨドレ ベーコン 白菜 コーン コンソメ しょうゆ 塩 米		
5 火 19	火	グラタン 添え野菜 コンソメスープ わかめごはん	鶏肉 玉ねぎ バター ほうれん草 コンソメ 塩 小麦粉 牛乳 粉チーズ パン粉 マカロニ プロッコリー 塩 きやべつ 人参 コーン コンソメ しょうゆ 塩 米 炊き込みわかめ	みかん 雪の宿 牛乳	鮭フレーク ごはん
6 水 20	水	魚の煮付け ごま和え みそ汁 ごはん	かれい しうが しょうゆ 三温糖 みりん 酒 だし汁 きやべつ 人参 もやし ごま しょうゆ 三温糖 じやが芋 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ 米	ココア蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 ココア 水 油 牛乳	ベジロール
7 木 21	木	厚揚げと豚肉の煮物 小松菜のみぞドレッシング すまじ汁 ごはん	厚揚げ 豚肉 玉ねぎ 油 だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん 酒 小松菜 人参 コーン すりごま マヨドレ みそ 三温糖 酢 ごま油 麩 えのき とろろ昆布 かつお・昆布だし しょうゆ みりん 塩 米	大学芋 さつま芋 油 水 三温糖 しょうゆ ごま 牛乳	ゆかり ごはん
8		鮭の塩焼き 切干大根煮 みそ汁 ごはん	鮭 塩 切干大根 人参 油揚げ だし汁 三温糖 しょうゆ みりん 豆腐 ほうれん草 かつおだし みそ 米	スペゲティ スペゲティ ベーコン 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳	まがりせんべい
22	金	鶏の唐揚げ フライドポテト みかんサラダ コーンスープ ピラフ	鶏肉 塩 酒 しうが しょうゆ 片栗粉 油 冷凍フライドポテト 油 塩 みかん缶 キャベツ きゅうり 油 酢 三温糖 塩 クリームコーン 玉ねぎ コンソメ 塩 牛乳 片栗粉 米 ベーコン ねぎ 人参 コンソメ	雪だるまのパンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 豆乳 油 生クリーム 添え果物(もも缶 バナナ) 牛乳	
9		和風ちゃんぽん ごはん(ぶりかけ)	中華めん ベーコン キャベツ 人参 たけのこ(水煮) もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 米 青菜	北海道ミルクパン 星たべよ 牛乳	お子様せんべい
23	土	みそ煮込みうどん ごはん(ぶりかけ)	うどん 鶏肉 油揚げ 人参 小松菜 ねぎ かつおだし みそ 米 ごま塩	幼児)クリームパン 乳児)ロールパン ハイハイン 牛乳	星たべよ
11 25	月	麻婆豆腐 こふき芋 わかめスープ ごはん	豆腐 豚ひき肉 にら 玉ねぎ しうが 油 ごま油 塩 しょうゆ 三温糖 赤みそ 片栗粉 じやが芋 ごま 塩 わかめ 玉ねぎ コーン コンソメ しょうゆ 塩 米	抹茶サブレ 小麦粉 三温糖 抹茶 水 油 牛乳	ぼたぼた焼き
12 火 26	火	鶏のマーマレード焼き フレンチサラダ みそ汁 ごはん	鶏肉 にんにく マーマレード しうが 塩 酒 きやべつ 人参 きゅうり 油 酢 三温糖 塩 大根 白菜 油揚げ かつおだし みそ 米	ヨーグルトケーキ 小麦粉 マーガリン 三温糖 卵 ブレンーヨーグルト 豆乳 ベーキングパウダー 牛乳	とりそぼろ ごはん
13 水 27	水	魚の塩麹揚げ ゆかり和え みそ汁 ごはん	さわら 塩麹 片栗粉 油 ほうれん草 もやし 白菜 ゆかり 玉ねぎ キヤベツ 人参 ねぎ かつおだし汁 みそ 米	焼きおにぎり 米 人参 塩こんぶ しょうゆ 牛乳	ソフトせんべい
14 木 28	木	豆乳カレーライス ツナサラダ	牛肉 人参 玉ねぎ ジヤガ芋 しうが にんにく 油 スパイス 塩 小麦粉 豆乳 ケチャップ ウスターーソース トマトペースト しょうゆ コンソメ リンゴソース 三温糖 米 ツナ水煮 きゅうり わかめ 酢 ごま油 三温糖 しうが	14日)シューイーパイ パイ皮 グラニュー糖 28日)チヨイスビスケット ぼたぼた焼き 牛乳	カスタード ロールパン

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります

※マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風味の調味料です

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。

集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。

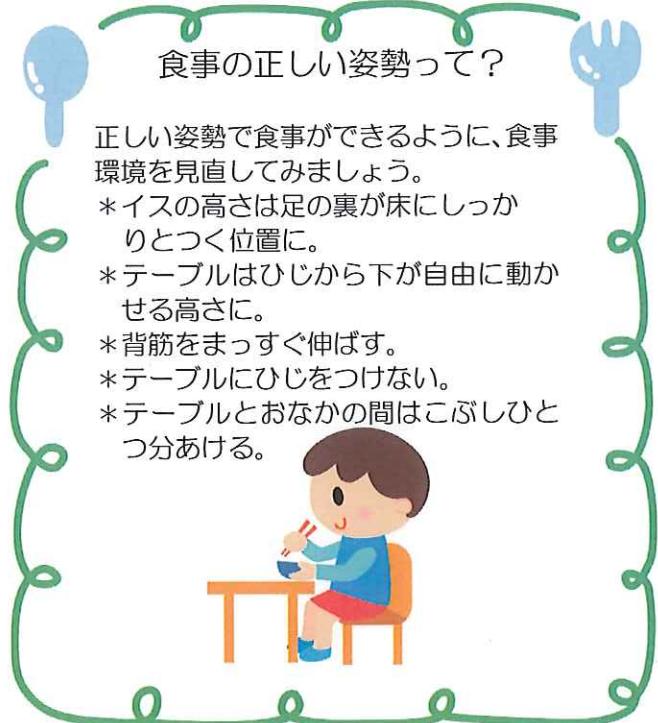
保育園で初めて口にする食材がないよう、食物アレルギーのないお子さんも毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に食べて症状が出ないことを確認していただくようお願いします。



12月の 給食だより

こうたり保育園

食事のマナーを身につけましょう！



クリスマスやお正月とみんなで食事をする機会が増える年末年始。人とコミュニケーションをとり、楽しい時間をすごすにはマナーやルールが大切です。食事の基本的なマナーを教えるためには、食事環境を整え、食事の様子をよく観察し、子どもがまねをしたくなるようなお手本を見せてあげましょう！



調理室より



12月はおもちつきの日の具だくさんのうどん汁やクリスマス会の日の唐揚げとみんなが大好きなメニューになっています。
寒い日が続き体調を崩しがちですが、楽しく食事をとり栄養を体いっぱいに取り込んで元気に一年を締めくくりたいですね。

