

倉治こども園 きゅうしょくだより (令和6年12月)

日	メニュー	主な食材	10時間食 乳児のみ	3時間食
2月	御飯 サバの胡麻ダレ焼き 小松菜の煮浸し 味噌汁	米 サバ 料理酒 砂糖 醤油 みりん 白胡麻 片栗粉 小松菜 人参 コーン きざみあげ だしかつお 砂糖 醤油 玉葱 ワカメ だし汁 味噌	牛乳 とろペー	牛乳 ★ちんすこう 小麦粉 砂糖 塩 サラダ油
3火	御飯 おでん キャベツの和え物 味噌汁	米 鶏肉 大根 一口がんも 板コンニャク じゃがいも あらびきウインナー 砂糖 醤油 だし汁 キャベツ 人参 もやし 砂糖 醤油 切り麩 ネギ だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	お茶 ★コーンフレーク シスコーン 牛乳
4水	御飯 麻婆豆腐 ほうれん草のナムル 中華スープ	米 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 サラダ油 赤だし味噌 味噌 醤油 みりん 中華スープペースト 片栗粉 ほうれん草 人参 白胡麻 塩 胡麻油 鶏ガラスープの素 玉葱 ワカメ 中華スープペースト 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
5木	御飯 牛肉コロッケ ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁	米 牛肉コロッケ 油 トンカツソース ブロッコリー 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミ 砂糖 もやし ネギ だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★ココアサブレ 小麦粉 マーガリン 砂糖 スキムミルク ココア
6金	御飯 鶏肉の塩だれ炒め 春雨サラダ 中華スープ	米 鶏肉 玉葱 キャベツ 料理酒 塩 サラダ油 中華スープペースト 醤油 胡椒 胡麻油 片栗粉 春雨 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 胡麻油 ニラ 玉葱 中華スープペースト 醤油	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ★杏仁豆腐 粉寒天 砂糖 ミカン缶 牛乳
7土	スバゲティナポリタン フルーツ	スバゲティ あらびきウインナー 玉葱 人参 千切りピーマン サラダ油 ケチャップ 塩 胡椒 パイン缶		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
9月	ゆかり御飯 サワラの幽庵焼き 切干大根の煮物 すまし汁	米 ゆかり サワラ 醤油 みりん 料理酒 柚子果汁 切干大根 人参 ムキ枝豆 サラダ油 砂糖 醤油 大根 切り麩 だし汁 醤油	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★ショコラロールパン
10火	御飯 回鍋肉 シュウマイ ワカメスープ	米 豚肉 キャベツ 人参 サラダ油 赤だし味噌 味噌 砂糖 塩 醤油 料理酒 シュウマイ ボン酢 ワカメ 玉葱 中華スープペースト 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★きなこバナナ バナナ きな粉 塩 砂糖
11水	ワカメ御飯 ハンバーグ マカロニサラダ ウインナーのスープ	米 炊き込みわかめ お弁当ハンバーグ ケチャップ ウスターソース マカロニ MV 塩 胡椒 エッグケアマヨネーズ 玉葱 コンソメ 醤油 粉パセリ	牛乳 ばりんこ	牛乳 ★お誕生日ゼリー 3連オレンジゼリー ミカン缶 ホイップクリーム
12木	御飯 高野豆腐ともぼろの炒り煮 ほうれん草の和え物 味噌汁	米 高野豆腐 鶏ミンチ 人参 干椎茸 GP 土生姜 だし汁 砂糖 醤油 料理酒 ほうれん草 人参 砂糖 醤油 きざみあげ もやし だし汁 味噌	牛乳 とろペー	牛乳 ★抹茶蒸しパン 抹茶 ホットケーキミックス スキムミルク 砂糖 サラダ油 牛乳
13金	チキンカレー コールスローサダ フルーツ	米 鶏肉 玉葱 じゃがいも 人参 カレールウ 無塩バター ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 キャベツ 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミ 砂糖 ミカン缶	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★カントリーマアム風 小麦粉 マーガリン 砂糖 パニエッセンズ
14土	五目ラーメン フルーツ	中華そば玉 豚肉 玉葱 人参 干椎茸 コーン サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープペースト 黄桃缶		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ

日	メニュー	主な食材	10時間食 乳児のみ	3時間食
16月	御飯 アジフライ ひじきとコーンの和え物 味噌汁	米 アジ 料理酒 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース ひじき 醤油 コーン 人参 砂糖 醤油 ワカメ 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ★カルピスゼリー 粉寒天 カルピス 砂糖
17火	御飯 鶏肉のパン粉焼き もやしとワカメのサラダ 味噌汁	米 鶏肉 塩 胡椒 エッグケアマヨネーズ パン粉 粉パセリ もやし ワカメ 人参 塩 胡麻油 醤油 砂糖 白胡麻 きざみあげ 玉葱 だし汁 味噌	牛乳 ばりんこ	牛乳 ★メープルホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 メープルシロップ サラダ油
18水	ホットドッグ・フライドポテト ブロッコリーのフレンチサラダ コンソメスープ	ロールパン 背割り あらびきウインナー キャベツ サラダ油 カレー粉 塩 胡椒 ケチャップ シューストリングポテト ブロッコリー 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミ 砂糖 マカロニ 人参 コンソメ 醤油	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★クラッカーサンド ルヴァン いちごジャム
19木	御飯 豚肉のゴマダレ焼き キャベツの煮浸し 味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 醤油 砂糖 白胡麻 サラダ油 キャベツ 人参 だしかつお 砂糖 醤油 白菜 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	お茶 ★フルーツポンチ ミカン缶 パイン缶 アップルジュース
20金	ケチャップライス フライドチキン スバゲティサラダ コンソメスープ	米 MV サラダ油 コンソメ ケチャップ 塩 胡椒 鶏肉 料理酒 塩 レモン汁 カレー粉 胡椒 塩 片栗粉 粉パセリ 油 スバゲティ 胡瓜 人参 塩 胡椒 エッグケアマヨネーズ あらびきウインナー 玉葱 コンソメ 醤油	牛乳 とろペー	牛乳 ★クリスマスケーキ ホットケーキミックス マーガリン 牛乳 ホイップクリーム いちご ココア
21土	焼きうどん フルーツ	細うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 サラダ油 焼きそばソース 醤油 塩 胡椒 青のり パイン缶		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
23月	御飯 プリの照り焼き チンゲンサイの和え物 味噌汁	米 プリ 料理酒 醤油 みりん 砂糖 チンゲンサイ 人参 砂糖 醤油 玉葱 きざみあげ だし汁 味噌	牛乳 ばりんこ	牛乳 ★麩のラスク(ココア) 切り麩 マーガリン グラニュー糖 ココア
24火	御飯 揚げ餃子・ブロッコリー 大根の和え物 中華スープ 肉味噌丼	米 ギョーザ 油 ボン酢 ブロッコリー 大根 人参 コーン 砂糖 醤油 ニラ ワカメ 中華スープペースト 醤油	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
25水	肉味噌丼 小松菜の煮浸し すまし汁	米 豚ミンチ 土生姜 サラダ油 玉葱 人参 砂糖 料理酒 醤油 赤だし味噌 味噌 キャベツ 小松菜 人参 コーン きざみあげ だしかつお 砂糖 醤油 切り麩 ネギ だし汁 醤油	牛乳 とろペー	牛乳 ★イチゴ蒸しパン ホットケーキミックス スキムミルク 牛乳 砂糖 いちごジャム サラダ油
26木	御飯 鶏肉の塩だれ炒め 春雨サラダ 中華スープ	米 鶏肉 玉葱 キャベツ 料理酒 塩 サラダ油 中華スープペースト 醤油 胡椒 胡麻油 片栗粉 春雨 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 胡麻油 ワカメ 白菜 中華スープペースト 醤油	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ヨーグルト エースコイン
27金	豚肉とキャベツの甘辛丼 ブロッコリーのマヨサラダ 味噌汁	米 豚肉 サラダ油 キャベツ 玉葱 人参 砂糖 醤油 みりん 料理酒 土生姜 ブロッコリー 人参 コーン 塩 胡椒 エッグケアマヨネーズ 大根 ネギ だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	お茶 ★お好み焼き 小麦粉 卵 豚肉 キャベツ 長芋 もやし サラダ油 トンカツソース 青のり
28土	チャンポン フルーツ	細中華 豚肉 玉葱 キャベツ 人参 コーン 醤油 砂糖 サラダ油 片栗粉 中華スープペースト ミカン缶		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	塩分(g)
1,2歳児	540	19.0	18.8	257	2.0
3歳以上児	551	19.7	18.1	207	2.2

※ GP → グリンピース MV → ミックスベジタブル BP → ベーキングパウダー ★手作りおやつ になります。

※ 国産のお米を使用しております。

※ だし汁は、だし昆布、だしかつおを使用しています。

※ エッグケアマヨネーズは卵不使用のマヨネーズです。

※この値は一ヶ月の平均値です。