令和7年

12 月 予 定 献 立 表 （ 3 歳 以 上 児 ）

社会福祉法人 イエス団 一麦保育園

日	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	15日(月)	16日(火)	17日(水)
献立名	・ごはん ・あげだしどうふ ・ごまあえ(こまつな) ・みかん	・カレーラーメン ・ツナナムル ・おうりん	・ごはん ・カラスガレイのみそに ・おひたし ・おつゆふいりすましじる	・ビーフライス ・だいこんサラダ ・コーンクリームスープ	・イエローロール ★ ・スパニッシュオムレツ (ア)ぶたつくね ・ブロッコリーのマヨあえ ・いちごヨーグルト	・さけのわふうスパゲティー ・ぐだくさんとりがらスープ ・バナナ	・ふゆやさいカレーライス ・ヨーグルトサラダ (ア)フルーツサラダ	・ごはん ・すぶた ・とりがらスープ ・みかん	・ごはん ・さばのてりやき ・すのもの ・かきたまじる (ア)すましじる	・ごはん ・すきやきふうに ・わかめのみそしる ・オレンジ	・ごはん ・さわらのいそべやき ・きのこあえ ・にゅうめんのすましじる	・しおやきそば ・ちゅうかスープ ・バナナ	・このはどんぶり (ア)とりにくどんぶり ・もずくのすましじる ・みかん	・ごはん ・まーぼーどうふ ・こふきいも ・おうりん	・ごはん ・さばのおろしに ・ひじきまめに(こまつな) ・バナナ
材料名および数量（g）	米 40 木綿豆腐 65 片栗粉 6 なたね油 3 鶏ミンチ 10 たまねぎ 10 にんじん 4 混合削り節 1 食塩 0.3 こいくちしょうゆ 3.5 三温糖 2 酒 0.5 本みりん 0.5 片栗粉 2 にんじん 10 こまつな 20 はくさい 25 いりごま 2.5 こいくちしょうゆ 2 三温糖 1.5 混合削り節 1 早生みかん 40	ゆで中華めん 100 豚肉 20 にんじん 15 たまねぎ 30 じゃがいも 30 コーン缶 5 こいくちしょうゆ 2.5 食塩 0.05 鳥がら 1.5 マーガリン(ア)油 2.4 薄力粉 2.4 カレー粉 0.1 ごま油 0.1 もやし 40 まぐろ油漬缶 10 ほうれんそう 15 きゅうり 10 ごま油 1 三温糖 1 こいくちしょうゆ 2 米酢 2 おうりん 25	米 40 カラスガレイ 50 赤みそ 4 こいくちしょうゆ 2.5 三温糖 3 混合削り節 1 本みりん 0.8 こまつな 25 キャベツ 25 にんじん 10 かつお節 0.5 こいくちしょうゆ 2 ふ 1.5 たまねぎ 15 カットわかめ 0.5 木綿豆腐 10 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 1.5 食塩 0.2	米 50 牛ミンチ 15 ごぼう 10 にんじん 10 さやいんげん 4 油揚げ 4 こいくちしょうゆ 4 白ワイン 0.4 本みりん 0.8 コンソメ(ア)鶏ガラ 0.9 三温糖 2.5 ロースハム(ア)ツナ缶 5 だいこん 40 にんじん 10 きゅうり 10 ごま油 1 三温糖 0.7 米酢 0.8 こいくちしょうゆ 1.2 食塩 0.1 コーン缶 3.5 クリームコーン缶 10 たまねぎ 15 パセリ 0.1 コンソメ(ア)鶏ガラ 1 食塩 0.1 薄力粉 4 マーガリン(ア)油 3 牛乳(ア)豆乳 10	イエローロール 25 (ア)麦っ子ロール ウインナーソーセージ 5 たまねぎ 20 にんじん 10 かぼちゃ 10 プロセスチーズ 6 鶏卵 40 食塩 0.1 コンソメ 1 トマトケチャップ 7 ブロッコリー 30 まぐろ油漬缶 8 マヨネーズ(ア)マヨドレ 3 食塩 0.2 (ア)+三温糖 0.1 いちごヨーグルト 80 (ア)ももゼリー	スパゲティ 40 紅さけ 30 たまねぎ 15 にんじん 10 えのきたけ 7.5 ピーマン 7.5 こいくちしょうゆ 3 食塩 0.1 のり 0.1 キャベツ 10 チンゲンサイ 10 もやし 3 かぼちゃ 15 食塩 0.1 鳥がら 1 バナナ 25	米 50 鶏肉 20 さつまいも 30 にんじん 15 だいこん 15 ブロッコリー 5 こまつな 5 れんこん 10 太ねぎ 5 はちみつ 1.5 コンソメ(ア)鶏ガラ 1.2 薄力粉 7 マーガリン(ア)油 4.5 カレー粉 0.3 こいくちしょうゆ 1.5 白ワイン 0.5 トマトケチャップ 1.2 食塩 0.1 とんかつソース 3 みかん缶 10 もも缶 10 パインアップル缶 10 きゅうり 15 コーン缶 10 無糖ヨーグルト(ア) 20 マヨネーズ(ア)マヨドレ 1.2 レモン汁 0.5	米 40 豚肉ヒレ 30 こいくちしょうゆ 2.5 酒 0.5 片栗粉 4 なたね油 3 たまねぎ 30 キャベツ 20 にんじん 15 たけのこ水煮 10 ピーマン 5 赤ピーマン 5 パインアップル缶 8 米酢 2 トマトケチャップ 2 こいくちしょうゆ 2 三温糖 1.5 コンソメ(ア)鶏ガラ 1 ごま油 0.5 たまねぎ 10 チンゲンサイ 8 いりごま 0.3 鳥がら 1 食塩 0.1 早生みかん 40	米 40 さば 50 こいくちしょうゆ 3 本みりん 2.5 酒 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 本みりん 0.6 三温糖 0.7 キャベツ 20 きゅうり 10 にんじん 10 カットわかめ 1 米酢 2 食塩 0.2 三温糖 2 鶏卵(ア) 15 たまねぎ 15 葉ねぎ 5 木綿豆腐 10 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 1.5 食塩 0.2	米 40 牛肉 20 たまねぎ 30 にんじん 15 はくさい 20 葉ねぎ 10 焼き豆腐 30 ふ 2 しらたき 10 ごぼう 5 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 3.5 三温糖 1.5 本みりん 1.5 酒 1 食塩 0.2 片栗粉 2 カットわかめ 0.5 たまねぎ 15 油揚げ 3 混合削り節 1 味噌 4.5 オレンジ 25	米 40 さわら 50 薄力粉 5 あおのり 0.1 食塩 0.2 ほうれんそう 25 本しめじ 10 えのきたけ 10 にんじん 10 かつお節 0.5 こいくちしょうゆ 2 そうめん 3 たまねぎ 15 葉ねぎ 5 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 1.2 食塩 0.1	ゆで中華めん 100 豚肉 20 キャベツ 20 にんじん 10 たまねぎ 10 もやし 5 葉ねぎ 3 酒 1 かき油 4.5 あおのり 0.1 さつまいも 20 にんじん 10 カットわかめ 0.5 木綿豆腐 10 鳥がら 1 食塩 0.1 バナナ 25	米 50 かまぼこ(ア)鶏肉 10 たまねぎ 50 にんじん 15 葉ねぎ 10 干ししいたけ 0.5 しらたき 10 鶏卵(ア) 40 混合削り節 1 コンソメ(ア)鶏ガラ 1 こいくちしょうゆ 4 三温糖 2 本みりん 1 食塩 0.2 片栗粉 1.5 焼きのり 0.6 もずく 5 たまねぎ 15 油揚げ 3 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 1.5 食塩 0.2 早生みかん 40	米 40 豚ミンチ 20 木綿豆腐 60 たまねぎ 35 にんじん 15 にら 5 干ししいたけ 1.2 コンソメ(ア)鶏ガラ 1 こいくちしょうゆ 3 三温糖 2 食塩 0.1 白ワイン 0.5 赤みそ 2 片栗粉 2 じゃがいも 40 パセリ 0.1 食塩 0.2 おうりん 25	米 40 さば 50 だいこん 30 三温糖 3 こいくちしょうゆ 5 酒 0.5 だいず 5 竹輪(ア) 6 ひじき 3 こまつな 5 にんじん 8 油揚げ 3 混合削り節 0.5 こいくちしょうゆ 1.7 三温糖 1 本みりん 0.5 食塩 0.1 酒 0.2 片栗粉 0.5 バナナ 25
おやつ	レーズンリッチ ぎゅうにゅう	しめじおにぎり ぎゅうにゅう	フライドポテト(とりがら) ぎゅうにゅう	セサミトースト ぎゅうにゅう	アップルケーキ ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう	おからホットケーキ ぎゅうにゅう	ツナだいずおにぎり ぎゅうにゅう	ほうれんそういりあましょく ぎゅうにゅう	メロンパントースト ぎゅうにゅう	むしパン ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう	ベーコンチーズホットケーキ (ア)ツナチーズホットケーキ ぎゅうにゅう	スイートポテト ぎゅうにゅう	あおなおにぎり ぎゅうにゅう
エネルギー	559	536	422	575	608	428	630	560	522	541	492	438	541	522	578
たんぱく質	19.9	22	23.3	18.7	22.8	19.9	17.7	21.9	24.7	22.3	23.8	17.6	21.4	18.2	25.3

日	18日(木)	19日(金)	20日(土)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
献立名	・ごはん ・ちくぜんに ・あげのみそしる ・オレンジ	・パセリライス ・さけのクリームシチュー ・りんごサラダ	・ビビンバ ・ビーフンスープ ・バナナ	・あんかけうどん ・いろどりあえ ・オレンジ	・ごはん ・さけのあけぼのやき ・はるさめサラダ ・ふのみそしる	・ロールパン ★ ・からあげ ・ポテトサラダ(マヨドレ) ・ぶどうゼリー	・ツナピラフ ・ポトフ ・バナナ	・ごはん ・つくねのあんかけ ・チンゲンサイのごまあえ ・りんご	・ぎゅうどん ・みそしる ・みかん
材料名および数量（g）	米 40 鶏肉 20 ごぼう 20 れんこん 20 干ししいたけ 1.5 にんじん 15 しらたき 10 冷凍さといも 30 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 3.5 三温糖 1.5 酒 0.5 本みりん 1.5 食塩 0.2 片栗粉 1.5 油揚げ 5 カットわかめ 0.5 たまねぎ 15 混合削り節 1 味噌 4.5 オレンジ 25	米 40 コンソメ(ア)鶏ガラ 1.2 パセリ 0.1 紅さけ 50 ブロッコリー 10 にんじん 15 じゃがいも 30 チンゲンサイ 15 たまねぎ 40 コーン缶 3.5 薄力粉 7 マーガリン(ア)油 5 牛乳(ア)豆乳 20 コンソメ(ア)鶏ガラ 1.4 食塩 0.2 白ワイン 0.2 りんご 15 キャベツ 25 きゅうり 15 コーン缶 3.5 オリーブ油 0.5 米酢 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 三温糖 1 食塩 0.2	米 50 牛肉 20 干ししいたけ 1 にんじん 15 三温糖 1.8 本みりん 1 こいくちしょうゆ 2 味噌 1.5 かき油 0.3 チンゲンサイ 20 もやし 20 いりごま 2.5 こいくちしょうゆ 2.4 ごま油 0.6 カットわかめ 0.5 キャベツ 10 たまねぎ 15 ビーフン 5 こいくちしょうゆ 2 鳥がら 1 バナナ 25	ゆでうどん 100 豚肉 20 たまねぎ 30 にんじん 8.5 葉ねぎ 8 油揚げ 8 干ししいたけ 1.2 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 3.5 本みりん 1 食塩 0.2 三温糖 1 片栗粉 2 こまつな 20 はくさい 20 にんじん 5 きゅうり 10 コーン缶 5 塩昆布 1.5 オレンジ 25	米 40 紅さけ 50 赤ピーマン 10 マヨネーズ(ア)マヨドレ 6 粉チーズ(ア) 1 パセリ 0.2 はるさめ 3 キャベツ 15 きゅうり 15 にんじん 10 ごま油 0.8 米酢 1.5 こいくちしょうゆ 2 三温糖 1.5 食塩 0.1 ふ 1.5 葉ねぎ 3 もやし 3 木綿豆腐 10 混合削り節 1 味噌 4.5	ロールパン 40 (ア)麦っ子ロール 鶏肉 60 こいくちしょうゆ 3.5 本みりん 1 酒 0.4 薄力粉 0.5 片栗粉 3 なたね油 3 じゃがいも 50 にんじん 10 たまねぎ 10 きゅうり 15 コーン缶 5 マヨドレ 7 食塩 0.2 三温糖 0.1 ぶどうゼリー 80	米 40 まぐろ油漬缶 8 にんじん 12 コーン缶 5 こいくちしょうゆ 2 コンソメ(ア)鶏ガラ 1.2 白ワイン 0.5 ウインナーソーセージ 10 (ア)卵不使用ウィンナー だいず 10 にんじん 15 たまねぎ 30 さつまいも 30 キャベツ 20 だいこん 20 ブロッコリー 5 食塩 0.1 こいくちしょうゆ 2 コンソメ(ア)鶏ガラ 1 バナナ 25	米 40 鶏ミンチ 20 木綿豆腐 30 たまねぎ 10 にんじん 5 干ししいたけ 0.7 鶏卵(ア) 8 パン粉 3 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 3 本みりん 1 三温糖 1.5 食塩 0.2 片栗粉 1.5 チンゲンサイ 15 もやし 10 にんじん 10 いりごま 3 こいくちしょうゆ 2 混合削り節 0.5 三温糖 1.5 りんご 25	米 50 牛肉 30 たまねぎ 50 にんじん 15 葉ねぎ 8 混合削り節 1 こいくちしょうゆ 4 三温糖 2 食塩 0.2 酒 0.5 片栗粉 1.5 木綿豆腐 15 たまねぎ 15 かぼちゃ 10 混合削り節 1 味噌 4.5 早生みかん 40
おやつ	ふのラスク(ココア) ぎゅうにゅう	オレンジマーマレードケーキ ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう	ツナごはんおにぎり ぎゅうにゅう	バナナケーキ ぎゅうにゅう	てづくりクリスマスケーキ ぎゅうにゅう	たまごドッグ (ア)コーンドッグ ぎゅうにゅう	じゃがもち ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう
エネルギー	466	628	510	480	544	638	637	473	524
たんぱく質	18.2	25.5	16.3	21.1	25.1	23.4	23.8	18.3	19.9

【12がつぎょうじしょく】

★ 5日(金) おたんじょうびかい

★ 24日(水) クリスマスしゅくかい

【てづくりおやつのざいりょう】

○ 1日(月) レーズン、強力粉、薄力粉、ﾄﾞﾗｲｲｰｽﾄ、三温糖、卵、牛乳、水、バター、塩 (ア)卵除去

○ 2日(火) 米、しめじ、油揚げ、しょうゆ、酒、みりん、塩

○ 3日(水) じゃが芋、油、鶏がら

○ 4日(木) 食パン、ﾏｰｶﾞﾘﾝ、ごま、グラニュー糖

○ 5日(金) りんご、三温糖、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、バター (ア)卵除去

○ 8日(月) おから、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、牛乳、卵、塩、三温糖、バター (ア)卵除去

○ 9日(火) 米、ﾂﾅ缶、塩昆布、ごま、水煮大豆

○ 10日(水) ほうれん草、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、重曹、バター、油、三温糖、卵、練乳、牛乳、ﾒｰﾌﾟﾙｼﾛｯﾌﾟ、水
(ア)ほうれん草、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、バター、油、三温糖、練乳、牛乳、ﾒｰﾌﾟﾙｼﾛｯﾌﾟ、水

○ 11日(木) 食パン、ホットケーキミックス、三温糖、バター、牛乳、グラニュー糖

○ 12日(金) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、バター、三温糖、卵、牛乳 (ア)卵除去

○ 15日(月) ﾍﾞｰｺﾝ、粉チーズ、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、牛乳、卵、塩、三温糖、バター
(ア)ツナ缶、粉チーズ、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、牛乳、塩、三温糖、バター

○ 16日(火) さつま芋、バター、生クリーム、三温糖、卵、みりん (ア)卵、みりん除去

○ 17日(水) 米、青菜ふりかけ、ごま

○ 18日(木) おつゆ麩、バター、三温糖、ココア

○ 19日(金) バター、三温糖、卵、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、ｵﾚﾝｼﾞﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ (ア)卵除去

○ 22日(月) 米、ﾂﾅ缶、塩昆布

○ 23日(火) バナナ、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、バター、三温糖、卵 (ア)卵除去

○ 24日(水) 卵、三温糖、薄力粉、油、牛乳、いちご、みかん缶、桃缶、生クリーム (ア)卵除去

○ 25日(木) ﾛｰﾙﾊﾟﾝ、卵、油、ﾏﾖﾈｰｽﾞ、塩、ﾊﾟｾﾘ (ア)ﾛｰﾙﾊﾟﾝ、ｺｰﾝ缶、ﾏﾖﾄﾞﾚ、ﾊﾟｾﾘ

○ 26日(金) じゃが芋、三温糖、バター、片栗粉、しょうゆ、みりん

※「牛乳」がアレルゲンの場合、ミルフィー又はお茶を提供します。

※5日(金)「ぶたつくね」材料：豚ミンチ、木綿豆腐、人参、玉ねぎ、干ししいたけ、パン粉、しょうゆ、三温糖