

# 献立表



用賀なのはな保育園

2022年12月  
かみかみ（9か月頃から）

日付	曜日	献立名	材料
1	15	木 おかゆ 鮭の野菜ソース 蒸しかぼちゃ のっぺい汁	米 鮭、食塩、片栗粉、油、ピーマン、たまねぎ、しょうゆ、三温糖 かぼちゃ、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、さといも、にんじん、だいこん、片栗粉
2		金 おかゆ 鶏肉のごま味噌焼き 野菜煮物 スープ	米 鶏肉、みそ、しょうゆ、三温糖、ごま油 にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、豚肉、三温糖、しょうゆ、かつおだし汁、片栗粉 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、豆腐、かぶ
3	17	土 鶏丼 コロコロサラダ スープ	米、鶏肉、たまねぎ、しょうゆ、三温糖、片栗粉 じゃがいも、にんじん、ツナ缶、三温糖、しょうゆ、酢 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし、チンゲンサイ、焼酎
5	19	月 おかゆ 鶏肉の酢醤油煮 ゆでカリフラワー 味噌汁	米 鶏肉、にんじん、たまねぎ、だいこん、酢、しょうゆ、三温糖 カリフラワー、食塩 かつお・昆布だし汁、みそ、豆腐、こまつな
6	20	火 じゃがいも入り焼きうどん ブロッコリー甘辛煮 スープ	うどん、油、豚肉、たまねぎ、もやし、にんじん、キャベツ、じゃがいも、ソース、しょうゆ、食塩 ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、三温糖、片栗粉 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、たまねぎ、かぼちゃ
7		水 おかゆ 白身魚の磯辺焼き じゃがいものゆかり和え さつま汁	米 たら、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、あおのり、食塩、油 じゃがいも、にんじん、酢、三温糖、食塩、しそふりかけ かつお・昆布だし汁、みそ、さつまいも、だいこん、たまねぎ
8	21	木 コッペパン コーンシチュー 白菜ソテー	コッペパン 鶏肉、じゃがいも、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、クリームコーン缶、昆布だし汁 牛乳、小麦粉、バター、油、食塩 オリーブ油、豚肉、はくさい、食塩、しょうゆ
9	23	金 ハヤシライス かぶのサラダ スープ	米、油、豚肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、ソース、食塩、油、小麦粉 かぶ、こまつな、にんじん、食塩、三温糖、酢、オリーブ油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし、ほうれんそう
10	24	土 ツナチャーハン 豚肉の味噌煮 スープ	米、ごま油、ツナ缶、ねぎ、コーン缶、しょうゆ、酒、食塩 たまねぎ、にんじん、豚肉、かつお・昆布だし汁、みそ、しょうゆ、三温糖 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、はくさい、こまつな
12		月 麻婆豆腐丼 ごま酢もやし スープ	米、豆腐、豚肉、たまねぎ、にら、油、三温糖、みそ、しょうゆ、片栗粉、かつお・昆布だし汁 もやし、きゅうり、食塩、しょうゆ、酢、三温糖、ごま かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、キャベツ、にんじん
13	27	火 豚汁うどん さつま芋の炒め物	うどん、豚肉、にんじん、さといも、だいこん、こまつな、豆腐、ねぎ かつお・昆布だし汁、みそ、しょうゆ、三温糖 さつまいも、いんげん、しょうゆ、三温糖、油
14	28	水 おかゆ 鶏肉のねぎダレ はりはり漬け 味噌汁	米 鶏肉、しょうゆ、片栗粉、油、たまねぎ、三温糖、酢、ごま油 だいこん、きゅうり、にんじん、食塩、しょうゆ、三温糖 かつお・昆布だし汁、みそ、もやし、たまねぎ
22		木 おこわ チキンバーグ ゆでいんげん 味噌汁	米、豚肉、にんじん、しょうゆ、食塩、三温糖 鶏肉、しょうゆ、三温糖、片栗粉、油 いんげん、しょうゆ、三温糖 かつお・昆布だし汁、みそ、さつまいも、こまつな
26		月 麻婆豆腐丼 ごま酢もやし スープ	米、豆腐、豚肉、たまねぎ、油、三温糖、みそ、しょうゆ、片栗粉、かつお・昆布だし汁 もやし、きゅうり、食塩、しょうゆ、酢、三温糖、ごま かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、キャベツ、にんじん
16	誕生会	金 食パン ハンバーグ コーンサラダ 焼きポテト ミネストローネ	食パン 豚肉、豆腐、たまねぎ、パン粉、豆乳、食塩、しょうゆ、三温糖、片栗粉 にんじん、きゅうり、キャベツ、コーン缶、食塩 じゃがいも、油、食塩、パセリ粉 かつお・昆布だし汁、マカロニ、トマト缶、たまねぎ、にんじん、食塩、三温糖、しょうゆ



※行事、材料の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。  
※マヨドレは乳・卵無しを使用しています。  
※パン類は卵無しのもを提供しています。乳は含みます。



# 献立表



用賀なのはな保育園

2022年12月

ぱくぱく(12か月~18か月頃)

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
1	15	木 軟飯 鮭の野菜ソース 蒸しかぼちゃ のっぺい汁 果物	米 鮭、食塩、片栗粉、油、ピーマン、たまねぎ、しょうゆ みりん かぼちゃ、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、さといも にんじん、だいこん、ごぼう、片栗粉	牛乳 チーズホットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、油 クリームチーズ、牛乳、三温糖 スティック人参 にんじん、食塩
2	金	軟飯 鶏肉のごま味噌焼き 野菜煮物 スープ 果物	米 鶏肉、みそ、しょうゆ、みりん、ごま油 にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、豚肉、三温糖 しょうゆ、かつおだし汁、片栗粉 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、豆腐、かぶ	牛乳 りんごジャムサンド コッペパン、りんごジャム おひたし かぶ、キャベツ、しょうゆ
3	17	土 鶏丼 ココロサラダ スープ 果物	米、鶏肉、たまねぎ、酒、しょうゆ、みりん、片栗粉 じゃがいも、にんじん、ツナ缶、三温糖、しょうゆ、酢 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし チンゲンサイ、焼酎	調整豆乳 ホットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖 豆乳
5	19	月 軟飯 鶏肉の酢醤油煮 ゆでカリフラワー 味噌汁 果物	米 鶏肉、にんじん、たまねぎ、だいこん、酢、しょうゆ 三温糖、みりん カリフラワー、食塩 煮干だし汁、みそ、豆腐、こまつな	牛乳 お好み焼き 小麦粉、かつおだし汁、食塩、キャベツ コーン缶、豚肉、油、ソース、あおのり スープ かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ カリフラワー、にんじん
6	20	火 じゃがいも入り 焼きそば ブロッコリー甘辛煮 スープ 果物	中華めん、油、豚肉、たまねぎ、もやし、にんじん キャベツ、じゃがいも、ソース、三温糖、カレー粉、食塩 ブロッコリー、ひじき、にんじん、しょうゆ、みりん 片栗粉 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、ねぎ、かぼちゃ	牛乳 ブルーケーキ バター、三温糖、牛乳、ブルー コーンスターチ、小麦粉 ベーキングパウダー スティックじゃがいも じゃがいも、食塩
7	水	軟飯 白身魚の磯辺揚げ れんこんの ゆかり和え さつま汁 果物	米 白身魚、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー あおのり、食塩、油 れんこん、にんじん、酢、三温糖、食塩、しそふりかけ 煮干だし汁、みそ、さつまいも、だいこん、鶏肉 しょうが、万能ねぎ	牛乳 ホットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖 牛乳、りんご スープ かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ たまねぎ、にんじん
8	21	木 コッペパン コーンシチュー 白菜ソテー 果物	コッペパン 鶏肉、じゃがいも、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ クリームコーン缶、昆布だし汁、牛乳、小麦粉、バター 油、食塩 オリーブ油、豚肉、はくさい、食塩、しょうゆ	牛乳 おかかおにぎり 米、かつお節、しょうゆ 温野菜サラダ ブロッコリー、はくさい、食塩
9	23	金 ハヤシライス かぶのサラダ スープ 果物	米、油、豚肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ ソース、食塩、小麦粉 かぶ、こまつな、にんじん、食塩、三温糖、酢 オリーブ油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし ほうれんそう	牛乳 ミルクトースト 食パン、三温糖、練乳、牛乳 スープ かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ かぶ、こまつな



# 献立表



2022年12月  
ぱくぱく（12か月～18か月頃）

用賀なのはな保育園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
10	24	土 ツナチャーハン 豚肉の味噌煮 スープ 果物	米、ごま油、ツナ缶、ねぎ、コーン缶、しょうゆ、酒 食塩 たまねぎ、にんじん、豚肉、かつお・昆布だし汁、みそ しょうゆ、三温糖 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、はくさい こまつな	調整豆乳 菜飯おにぎり 米、こまつな、食塩、しょうゆ
12	月	麻婆豆腐丼 ごま酢もやし スープ 果物	米、豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、たまねぎ、いら 油、三温糖、みそ、しょうゆ、かつお・昆布だし汁 片栗粉 もやし、きゅうり、食塩、しょうゆ、酢、三温糖、ごま かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、キャベツ にんじん	牛乳 アンパン 強力粉、ドライイースト、食塩 上白糖、豆乳、油、あんこ スティックきゅうり きゅうり、食塩
13	27	火 豚汁うどん さつまいもの炒め物 果物	うどん、豚肉、にんじん、さといも、だいこん ごぼう、こまつな、豆腐、ねぎ、かつお・昆布だし汁 みそ、しょうゆ、みりん さつまいも、いんげん、しょうゆ、みりん、油	牛乳 揚げおにぎり 米、小麦粉、油、三温糖、しょうゆ さつまいも甘煮 さつまいも、三温糖
14	28	水 軟飯 鶏肉のねぎダレ はりはり漬け 味噌汁 果物	米 鶏肉、しょうゆ、片栗粉、油、ねぎ、しょうが しょうゆ、三温糖、酢、ごま油 だいこん、きゅうり、にんじん、食塩、しょうゆ 三温糖 煮干だし汁、みそ、もやし、カットわかめ	牛乳 ミートソースパスタ マカロニ、オリーブ油、たまねぎ、豚肉 トマト缶、ケチャップ、ソース、食塩 しょうゆ、みりん、チーズ スティック大根 だいこん、食塩
22	木	おこわ 鶏肉の竜田焼き ゆでいんげん 味噌汁 果物	米、豚肉、にんじん、ごぼう、酒、しょうゆ、食塩 三温糖 鶏肉、しょうゆ、みりん、しょうが、片栗粉、油 いんげん、しょうゆ、三温糖 煮干だし汁、みそ、にんじん、さつまいも、こまつな	牛乳 ホットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖 牛乳、りんご おひたし かぶ、キャベツ、しょうゆ
26	月	麻婆豆腐丼 ごま酢もやし スープ 果物	米、豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、たまねぎ、いら 油、三温糖、みそ、しょうゆ、かつお・昆布だし汁 片栗粉 もやし、きゅうり、食塩、しょうゆ、酢、三温糖、ごま かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、キャベツ にんじん	牛乳 りんごジャムサンド コッペパン、りんごジャム おひたし かぶ、キャベツ、しょうゆ
16	金	NDナルド 照り焼きハンバーグ コーンサラダ 焼きポテト ミネストローネ 果物	コッペパン 豚肉、豆腐、たまねぎ、パン粉、豆乳、食塩、しょうゆ 三温糖、片栗粉 にんじん、きゅうり、キャベツ、コーン缶、食塩 じゃがいも、油、食塩、パセリ粉 かつお・昆布だし汁、にんにく、マカロニ、トマト缶 たまねぎ、にんじん、食塩、三温糖、しょうゆ	牛乳 いちごのケーキ 小麦粉、コーンスターチ、豆乳、油 ベーキングパウダー、三温糖、いちご

※行事、材料の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。  
 ※午前中に豆乳または牛乳を飲みます。  
 ※マヨドレは乳・卵無しのものを使用しています。  
 ※パン類は卵無しものを提供しています。乳は含みます。



朝食で温かい食べ物をおなかに入れると、ぽかぽかしたままで登園できます。  
 スープや味噌汁など温かい汁物はおなかの中から体を温めてくれます。



# 献立表



2022年12月  
ちゅうりっぷ組乳児食

用賀なのはな保育園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
1	15	木 ごはん 鮭の野菜ソース 蒸しかぼちゃ のっぺい汁 果物	米 鮭、食塩、片栗粉、油、ピーマン、たまねぎ、しょうゆ みりん かぼちゃ、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、さといも、にんじん だいこん、ごぼう、片栗粉	牛乳 チーズホットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー クリームチーズ、牛乳 三温糖、油
2	金	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 野菜煮物 スープ 果物	米 鶏肉、みそ、しょうゆ、みりん、ごま油、にんじん チンゲンサイ、キャベツ、豚肉、三温糖、しょうゆ かつおだし汁、片栗粉 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、豆腐、かぶ	牛乳 りんごジャムサンド コッペパン、りんごジャム
3	17	土 鶏丼 ココロサラダ スープ 果物	米、鶏肉、たまねぎ、酒、しょうゆ、みりん、片栗粉 じゃがいも、にんじん、ツナ缶、三温糖、しょうゆ、酢 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし チンゲンサイ、麩	調整豆乳 せんべい クラッカー
5	19	月 ごはん 鶏肉の酢醤油煮 ゆでカリフラワー 味噌汁 果物	米 鶏肉、にんじん、たまねぎ、だいこん、酢、しょうゆ 三温糖、みりん カリフラワー、食塩 煮干だし汁、みそ、豆腐、こまつな	牛乳 お好み焼き 小麦粉、かつおだし汁 キャベツ、食塩、油、ソース あおのり、コーン缶、豚肉
6	20	火 じゃがいも入り 焼きそば ブロッコリー甘辛煮 スープ 果物	中華めん、油、豚肉、たまねぎ、もやし、にんじん キャベツ、じゃがいも、ソース、三温糖、カレー粉、食塩 ブロッコリー、ひじき、にんじん、しょうゆ、みりん、片栗粉 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、ねぎ、かぼちゃ	牛乳 プルーンケーキ バター、三温糖、牛乳、プルーン コーンスターチ、小麦粉 ベーキングパウダー
7	水	ごはん 白身魚の磯辺揚げ れんこんのゆかり和え さつま汁 果物	米 白身魚、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー あおのり、食塩、油 れんこん、にんじん、酢、三温糖、食塩、しそふりかけ 煮干だし汁、みそ、さつまいも、だいこん、鶏肉 しょうが、万能ねぎ	牛乳 ホットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー 三温糖、牛乳、りんご
8	21	木 コッペパン コーンシチュー 白菜ソテー 果物	コッペパン 鶏肉、じゃがいも、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、油 クリームコーン缶、昆布だし汁、牛乳、小麦粉、バター、食塩 オリーブ油、豚肉、はくさい、食塩、しょうゆ	牛乳 おかかおにぎり 米、かつお節、しょうゆ
9	23	金 ハヤシライス かぶのサラダ スープ 果物	米、油、豚肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ ソース、食塩、油、小麦粉 かぶ、こまつな、にんじん、食塩、三温糖、酢、オリーブ油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし、ほうれんそう	牛乳 ミルクトースト 食パン、三温糖、練乳、牛乳

