



令和 4年 12 月 さくらの木保育園 献立表



\* 行事、材料等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。  
 \* 1、2歳児は午前中に牛乳を飲みます。  
 ☆今月の郷土料理は広島県です。  
 ※下線を引いているメニューは子どもたちのリクエストメニューになっています。

	お 昼	食 材 料	お や つ	食 材 料		お 昼	食 材 料	お や つ	食 材 料
1 ・ 15 (木)	スパゲティ ミートソース コーンサラダ 野菜スープ 果物	・スパゲティ 豚肉 玉葱 人参 しょうゆ 塩 みりん ソース バター パセリ粉 油 ケチャップ ・キャベツ 人参 コーン缶 三温糖 塩 酢 油 きゅうり ・カリフラワー 人参 ほうれん草 しょうゆ 塩 昆布鰹節	1日 牛乳 じゃがバター  15日 麦茶 米 鮭 塩昆布 酒	1日牛乳 じゃがいも バター  15日麦茶 米 鮭 塩昆布 酒	☆ 9 (金) (金) 郷土 料理 ☆	広島菜ごはん 鯛の竜田揚げ レモンあんかけ トマト おおひら汁 果物	・米 広島菜 ・鯛 片栗粉 油 赤ピーマン ピーマン 玉葱 えのき しょうゆ みりん レモン 三温糖 昆布鰹節 トマト ・鶏肉 里芋 蓮根 人参 こんにゃく 塩 しめじ ごぼう 高野豆腐 三温糖 酒 しょうゆ みりん 昆布鰹節	麦茶 広島焼き 	麦茶 小麦粉 片栗粉 塩 ベーキングパウダー 卵 キャベツ 鰹節 三温糖 油 豚肉 中華麺 青のり ケチャップ 中濃ソース ウスターソース
2 ・ 16 (金)	ごはん トンテキ カブとわかめの酢の物 味噌汁 果物	・米 ・豚肉 小麦粉 油 にんにく バター しょうゆ 三温糖 ・かぶ わかめ 人参 三温糖 味噌 酢 ・大根 えのき 小松菜 味噌 煮干	牛乳 ごま団子	牛乳 白玉粉 こしあん 油 ごま	10 ・ 24 (土)	ロールパン 豚肉とキャベツの 塩バター炒め ポテトサラダ 牛乳 果物	■ロールパン ・豚肉 きゃべつ にんにく こしょう バター 塩 ・じゃがいも きゅうり 人参 マヨネーズ 塩 ・牛乳	牛乳 クラッカー せんべい	牛乳 ■クラッカー せんべい
3 ・ 17 (土)	塩焼きそば 味噌マヨサラダ 煮豆 牛乳 果物	・蒸し中華麺 豚肉 ニラ 白菜 玉葱 人参 ごま油 塩 酒 ・ブロッコリー カリフラワー コーン缶 味噌 三温糖 マヨネーズ 昆布 ・金時豆 三温糖 塩 ・牛乳	牛乳 クッキー せんべい	牛乳 ●クッキー せんべい	12 ・ 26 (月)	全粒粉パン ハンバーグ 野菜のペペロン炒め コンスープ 果物	■全粒粉パン ・豚肉 玉葱 パン粉 牛乳 塩 こしょう ナツメグ 油 ケチャップ ・ブロッコリー カリフラワー にんにく オリーブ油 塩 ・クリームコーン缶 コーン缶 玉葱 豆乳 塩 昆布	牛乳 林檎と ヨーグルトの ケーキ	牛乳 りんご レモン果汁 シナモン ヨーグルト 小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー
5 ・ 19 (月)	ごはん ぶり大根 干草和え 豚汁 果物	・米 ・ぶり 大根 しょうゆ 酒 三温糖 みりん 生姜 ・ほうれん草 人参 油揚げ 三温糖 しょうゆ 鰹節 ・豚肉 人参 里芋 ごぼう こんにゃく 長葱 豆腐 味噌 煮干	牛乳 ジャムコッペ	牛乳 ■コッペパン いちごジャム バター	13 ・ 27 (火)	ごはん 豆腐と鶏肉の中華煮 人参のナムル わかめスープ 果物	・米 ・鶏肉 豆腐 白菜 人参 しめじ 筍 にんにく ごま油 三温糖 しょうゆ 塩 小松菜 片栗粉 鰹節 ・人参 もやし しょうゆ ごま油 ・わかめ 大根 長葱 しょうゆ 塩 昆布鰹節	牛乳 肉まん	牛乳 小麦粉 強力粉 ベーキングパウダー 塩 三温糖 油 牛乳 ドライイースト 豚肉 長葱 舞茸 しょうゆ 片栗粉
6 (火) ・ 21 (水)	ぶどうパン ブラウンシチュー 温野菜サラダ 果物	■ぶどうパン ・豚肉 玉葱 人参 じゃがいも しめじ トマト缶 ケチャップ 中濃ソース 油 しょうゆ 塩 バター 小麦粉 ・南瓜 人参 ブロッコリー バター 塩 こしょう	牛乳 みそ焼き おにぎり	牛乳 米 味噌 三温糖 みりん しょうゆ ごま	14 ・ 28 (水)	ごはん 鯖の塩焼き 大根の土佐煮 味噌汁 果物	・米 ・鯖 塩 ・大根 人参 いんげん 酒 みりん しょうゆ 鰹節 ・豆腐 長葱 油揚げ 味噌 煮干 小松菜	牛乳 さつま芋 トースト	牛乳 ■食パン さつまいも クリームチーズ メープルシロップ
7 (水)	ごはん 豆腐の忍者揚げ 里芋のそぼろあん すまし汁 果物	・米 ・豆腐 ツナ缶 人参 コーン缶 万能葱 片栗粉 カレー粉 塩 油 ・里芋 鶏肉 三温糖 しょうゆ 片栗粉 油 酒 みりん 生姜 ・玉葱 わかめ えのき 人参 しょうゆ 昆布鰹節 ほうれん草 塩	牛乳 フルーツピザ	牛乳 強力粉 塩 ヨーグルト クリームチーズ りんご いちご	 22 (木) 冬至 	ごはん 豚肉の幽庵焼き かぼちゃのいとこ煮 根菜汁 果物	・米 ・豚肉 人参 玉葱 しょうゆ みりん 柚子 ・南瓜 小豆 三温糖 しょうゆ 鰹節 さやえんどう ・里芋 人参 ごぼう 長葱 蓮根 しょうゆ 塩 昆布鰹節	牛乳 豆乳味噌うどん	牛乳 乾麺 鶏肉 大根 人参 えのき 万能葱 柚子 味噌 みりん 豆乳 昆布鰹節
8 (木) ・ 20 (火) 餅つき	すき焼きうどん ごぼうの 甘辛マヨ炒め 蒸し野菜 果物	・うどん 豚肉 焼き豆腐 白菜 玉葱 人参 えのき 白滝 小松菜 しょうゆ みりん 昆布鰹節 ・ごぼう 片栗粉 マヨネーズ しょうゆ みりん 油 ・かぶ 人参 塩	8日 牛乳 芋けんぴ  20日 牛乳 みたらし芋餅	8日牛乳 さつまいも 砂糖 油  20日 牛乳 じゃが芋 片栗粉 牛乳 三温糖 みりん バター しょうゆ 海苔	23 (金) 誕生会 	キラキラ カレーライス フライドチキン クリスマスサラダ 白菜スープ 果物	・米 パセリ粉 豚肉 玉葱 人参 トマト缶 にんにく ケチャップ 三温糖 ソース 油 カレー粉 塩 生姜 ・鶏肉 生姜 にんにく しょうゆ 片栗粉 油 ・じゃがいも 塩 ブロッコリー 人参 白菜 玉葱 コーン缶 しょうゆ 塩 昆布鰹節	カルピス クリスマス クッキー 	カルピス 小麦粉 三温糖 バター 

●卵乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます