



# 12月の献立表





令和5年12月発行  
あさひ子ども園

## 大晦日の年越しそば

12月31日の大晦日には、そばを食べる習慣があります。江戸時代に定着した文化で、そばはほかの麺より切れやすいことから「今年1年の厄災を断ち切る」という説や、細長い麺にちなみ「延命・長寿を願う」という説などがあります。また薬味のねぎにも1年の労を「ねぎらう」という意味が込められているといわれています。

参考資料：いただきます ごちそうさま

1日(金)	2日(土)
<b>ご飯</b> <b>豚豆腐</b> [豚肉、豆腐、糸こんにゃく、人参、しめじ、玉ねぎ、大根、油、砂糖、醤油、酒] <b>ごぼうサラダ</b> [ごぼう、きゅうり、人参、コーン、シーチキン、ごま、醤油、マヨネーズ] <b>なめこの味噌汁</b> [なめこ、玉ねぎ、人参、ねぎ、かつおだし、味噌] ヨーグルト 菓子	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">生活発表会</div> 

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金) もちつき会	9日(土)
	<b>ご飯</b> <b>さわらの西京焼き</b> [さわら、ごま、味噌、砂糖、酒] <b>マカロニサラダ</b> [マカロニ、きゅうり、人参、シーチキン、コーン、醤油、マヨネーズ] <b>大根のすまし汁</b> [大根、玉ねぎ、えのき、ねぎ、かつおだし、醤油、塩] おやつ <b>牛乳寒莓ソースかけ</b> [牛乳、粉寒天、グラニュー糖、莓スライス] 牛乳	<b>焼きそば</b> [中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、キャベツ、ピーマン、油、ソース、塩、青のり] <b>あさりのしくれ煮</b> [あさり、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] <b>わかめスープ</b> [わかめ、玉ねぎ、コーン、人参、醤油、塩、鶏がらだし] <b>果物</b> <b>塩昆布おにぎり</b> [米、塩昆布]	<b>ご飯</b> <b>豚肉のトマトソース煮</b> [豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、厚揚げ、人参、水煮大豆、塩、砂糖、トマト缶、ケチャップ、油、醤油、にんにく、生姜] <b>小松菜のナムル</b> [小松菜、人参、もやし、ごま油、酢、砂糖、醤油] <b>玉ねぎの味噌汁</b> [玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、かつおだし、味噌] <b>シュガードースト</b> 牛乳 [食パン、マーガリン、砂糖]	<b>ご飯</b> <b>豆腐のそぼろあんかけ</b> [豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、えのき、砂糖、醤油、油、酒、片栗粉、みりん] <b>キャベツのごま和え</b> [キャベツ、人参、きゅうり、ごま、醤油] <b>ポテトスープ</b> [じゃが芋、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] <b>アメリカンドッグ</b> 牛乳 [フランクフルト、牛乳、卵、ミックス粉、油、ケチャップ]	<b>炊き込みご飯</b> [米、里芋、鶏肉、油揚げ、人参、しめじ、酒、ごま、薄口醤油] <b>キャベツの味噌汁</b> [キャベツ、人参、玉ねぎ、かつおだし、味噌] <b>果物</b> <b>幼児・あんこもち</b> 牛乳 <b>乳児・チーズ蒸しパン</b> [コーン、牛乳、チーズ、蒸しパンミックス粉]	<b>ハヤシライス</b> [米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、にんにく、生姜、グリーンピース、しめじ、油、ハヤシライスルー] <b>コーンスープ</b> [コーン、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] <b>菓子・バナナ</b> 牛乳
	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
	<b>クリームスパゲティ</b> [スパゲティ、ウインナー、しめじ、玉ねぎ、あさり、人参、ピーマン、小麦粉、牛乳、バター、油、コンソメ] <b>菜果サラダ</b> [キャベツ、きゅうり、レズン、みかん缶、油、酢、砂糖、塩、こしょう] <b>オニオンスープ</b> [玉ねぎ、人参、コーン、醤油、塩、鶏がらだし] <b>果物</b> <b>ゆかりおにぎり</b> 牛乳 [米、ゆかり粉、ごま]	<b>ご飯</b> <b>厚揚げとじゃが芋の煮物</b> [厚揚げ、じゃが芋、鶏肉、人参、玉ねぎ、酒、油、みりん、砂糖、醤油] <b>四色和え</b> [ほうれん草、キャベツ、人参、もやし、ごま、醤油] <b>かき卵汁</b> [玉ねぎ、えのき、卵、ねぎ、かつおだし、醤油、塩] <b>ジャムサンド</b> 牛乳 [食パン、莓ジャム]	<b>ご飯</b> <b>麻婆豆腐</b> [豆腐、合びき肉、玉ねぎ、人参、竹の子、干し椎茸、ねぎ、にんにく、生姜、砂糖、酒、味噌、ごま油、鶏がらだし] <b>もやしの和え物</b> [もやし、人参、竹輪、きゅうり、醤油] <b>ニラスープ</b> [ニラ、えのき、玉ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし] <b>果物</b> <b>牛乳もちココアかけ</b> [牛乳、砂糖、片栗粉、ミルクココア]	<b>ご飯</b> <b>白菜と肉団子のスープ</b> [白菜、鶏ひき肉、ねぎ、生姜、玉ねぎ、片栗粉、人参、干し椎茸、鶏がらだし、みりん、酒、醤油、塩] <b>ひじき煮</b> [ひじき、人参、さつま揚げ、砂糖、醤油、酒、油] <b>ゆかり和え</b> [キャベツ、人参、きゅうり、ゆかり粉] <b>大学芋</b> 牛乳 [さつま芋、黒ごま、砂糖、酢、油、みりん、醤油]	<b>ご飯</b> <b>魚のコーンマヨ焼き</b> [さわら、コーン、チーズ、塩、酒、マヨネーズ、パセリ] <b>きゅうりの酢の物</b> [きゅうり、みかん缶、人参、酢、砂糖、醤油] <b>豆腐の味噌汁</b> [豆腐、玉ねぎ、えのき、人参、かつおだし、味噌] <b>甘納豆の蒸しケーキ</b> 牛乳 [ミックス粉、豆乳、甘納豆、ほうれん草]	<b>鶏ごぼうピラフ</b> [米、鶏肉、人参、ごぼう、玉ねぎ、コーン、ピーマン、鶏がらだし、塩] <b>野菜スープ</b> [玉ねぎ、人参、豆腐、醤油、塩、鶏がらだし] <b>菓子・バナナ</b> 牛乳
	18日(月)	19日(火) 誕生日会	20日(水)	21日(木)	22日(金) クリスマス会 ケーキコレクション	23日(土)
	<b>ご飯</b> <b>豆腐のおやき</b> [豆腐、シーチキン、玉ねぎ、ねぎ、塩、ケチャップ] <b>切り干し大根の煮物</b> [切干大根、さつま揚げ、干し椎茸、人参、砂糖、醤油、酒、油] <b>もやしのすまし汁</b> [もやし、玉ねぎ、人参、かつおだし、醤油、塩] おやつ <b>チーズピザ</b> 牛乳 [ピザ生地、チーズ]	<b>ご飯</b> <b>いりどり</b> [鶏肉、竹の子、干し椎茸、人参、じゃが芋、ごぼう、れんこん、酒、油、砂糖、みりん、醤油] <b>即席和え</b> [キャベツ、きゅうり、人参、醤油] <b>コンソメスープ</b> [玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、塩、コンソメ] <b>プリンアラモード</b> 牛乳 [卵、牛乳、砂糖、生クリーム、カラースプレー]	<b>ご飯</b> <b>サバの竜田揚げ</b> [サバ、生姜、片栗粉、油、酒、みりん、醤油] <b>キャベツのおかか和え</b> [キャベツ、きゅうり、人参、かつお節、醤油] <b>五目味噌汁</b> [人参、玉ねぎ、ごぼう、さつま芋、椎茸、ねぎ、かつおだし、味噌] <b>じゃが芋もち</b> 牛乳 [じゃが芋、片栗粉、砂糖、みりん、酒、醤油、のり]	<b>ご飯</b> <b>じゃが芋の味噌煮</b> [じゃが芋、鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、にんにく、油、味噌、みりん] <b>もやしのナムル</b> [もやし、きゅうり、人参、ごま油、酢、砂糖、醤油] <b>麩のすまし汁</b> [麩、玉ねぎ、人参、かつおだし、醤油、塩] <b>おかかおにぎり</b> [米、かつお節、ごま、醤油] 牛乳	<b>チキンライス</b> [米、鶏肉、人参、玉ねぎ、グリーンピース、醤油、塩、ケチャップ] <b>キラキラハンバーグ</b> [豚ひき肉、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、塩、プロッコリー] <b>ぼっかばかスープ</b> [豆乳、鶏肉、南瓜、玉ねぎ、しめじ、人参、油、醤油、塩、鶏がらだし] <b>デコレーションケーキ</b> 牛乳 [小麦粉、砂糖、卵、バター、生クリーム、苺、カラースプレー]	<b>ひじきご飯</b> [米、ひじき、油揚げ、人参、ごぼう、干し椎茸、鶏肉、酒、醤油] <b>玉ねぎのすまし汁</b> [玉ねぎ、人参、豆腐、かつおだし、醤油、塩] <b>菓子・バナナ</b> 牛乳
	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
	<b>スタミナ納豆丼</b> [米、鶏ひき肉、納豆、ねぎ、ごま、ごま油、醤油、生姜、酒、砂糖、油、にんにく] <b>もやしのごま酢和え</b> [もやし、人参、きゅうり、ごま、酢、砂糖、醤油] <b>えのきのすまし汁</b> [えのき、玉ねぎ、人参、かつおだし、醤油、塩] <b>果物</b> <b>フライドポテト</b> 牛乳 [カットポテト、油]	<b>ご飯</b> <b>サバの生姜煮</b> [サバ、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] <b>切干大根サラダ</b> [切干大根、きゅうり、人参、竹輪、ごま、砂糖、酢、醤油] <b>油揚げの味噌汁</b> [油揚げ、玉ねぎ、人参、えのき、ねぎ、かつおだし、味噌] <b>マカロニの安梧川黒蜜かけ</b> [マカロニ、きな粉、砂糖、塩、黒糖] 牛乳	<b>ご飯</b> <b>里芋と鶏肉のから揚げ</b> [里芋、鶏肉、にんにく、ねぎ、生姜、酢、砂糖、塩、醤油、片栗粉、油] <b>小松菜のコーン和え</b> [小松菜、コーン、人参、もやし、ごま、醤油] <b>白菜のスープ</b> [白菜、玉ねぎ、しめじ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] <b>りんごゼリー</b> 牛乳 [りんごジュース、砂糖、寒天]	<b>ご飯</b> <b>豚大根</b> [豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、味噌、砂糖、油、酒、生姜] <b>ほうれん草のごま和え</b> [ほうれん草、もやし、人参、ごま、醤油] <b>豆腐のすまし汁</b> [豆腐、玉ねぎ、人参、かつおだし、醤油、塩] <b>人参蒸しパン</b> 牛乳 [蒸しパンミックス粉、人参、レーズン、牛乳、チーズ]	<b>年越しうどん</b> [うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、椎茸、かつおだし、みりん、醤油、塩] <b>じゃが芋のそぼろ煮</b> [じゃが芋、合びき肉、油、砂糖、酒、みりん、醤油] <b>甘酢和え</b> [キャベツ、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] <b>わかめおにぎり</b> 牛乳 [米、わかめふりかけ、ごま]	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">特別保育</div> 

★3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳100ml)があります  
★行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります