



# 第一保育所 12月の献立



午前おやつ		午後おやつ		主な食材		kcal	塩分
日	曜日	離乳	乳児	離乳	乳児		
1	月	ハイハイ	ばりんこ	ごはん、ふりかけ、煮魚、春雨サラダ、味噌汁	ベビーダノン フルーチェ	牛乳 484	1.8
2	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	ごはん、すき焼き風煮、胡瓜とわかめの酢の物、かきたま汁	野菜スナック 雪の宿	牛乳 506	1.7
3	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	菜飯、みそおでん、人参サラダ、吸物	じゃが芋煮 じゃが芋餅	牛乳 493	2.1
4	木	魚せんべい	おさつスナック	五目うどん、花野菜サラダ、フルーツ	魚スナック ハッピーターン	牛乳 427	1.8
5	金	ハイハイ野菜	さやえんどうスナック	野菜たっぷりカレー、フライドポテト、フルーツヨーグルト	バナナ バームクーヘン	牛乳 532	1.6
6	土	おかし	おかし	チャーハン、ジャーマンポテト、スープ	おかし おかし	牛乳 492	1.5
8	月	ハイハイ	星たべよ	ごはん、エビマヨネーズ、ほうれん草ツナ和え、わかめスープ	ベビーダノン ぶどう寒天	牛乳 507	1.1
9	火	ひじきせんべい	かにチップ	カレーうどん、ごぼうサラダ、フルーツ	野菜スナック ムーンライトクッキー	牛乳 487	2.0
10	水	おこめせんべい	白い風船	ひじきそぼろごはん、いんげんのごま和え、吸物	さつま芋煮 麴ラスク	牛乳 496	1.6
11	木	魚せんべい	サッポロポテト	ごはん、豆腐ハンバーグケチャップソース、さつま芋サラダ、味噌汁	ひじきせんべい マリービスケット	牛乳 543	1.7
12	金	ハイハイ野菜	ハーベスト	ハヤシライス、ミモザサラダ、フルーツ	南瓜煮 きなこ蒸しパン	牛乳 524	1.6
13	土	おかし	おかし	お好み焼き、さつま芋煮、スープ	おかし おかし	牛乳 385	1.0
15	月	ハイハイ	ばりんこ	ごはん、サーモンフライ、コールスローサラダ、味噌汁	バナナ カルピス寒天	牛乳 473	1.4
16	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	カレーライス、大根サラダ、フルーツヨーグルト	魚スナック 雪の宿	牛乳 535	1.4
17	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	木の葉丼、マカロニサラダ、味噌汁	ベビーダノン プリン	牛乳 488	1.5
クリスマス会	18	木	魚せんべい	チキンライス、れんこんチップ、りんごサラダ、コンソメスープ	りんご煮 クリスマスおやつ	牛乳 551	1.5
	19	金	ハイハイ野菜	焼きそば、ウインナーとポテトソテー、スープ	ひじきせんべい ハッピーターン	牛乳 517	2.0
	20	土	おかし	にゅうめん、かき揚げ、ブロッコリーのおかか和え	おかし おかし	牛乳 425	2.0
冬至	22	月	ハイハイ	ひじきごはん、南瓜煮、ほうれん草しらす和え、吸物	魚スナック マリービスケット	牛乳 483	1.5
	23	火	ひじきせんべい	パン、クリームシチュー、ブロッコリーソテー、フルーツ	野菜スナック ぼたぼた焼き	牛乳 550	2.4
	24	水	おこめせんべい	ごはん、麻婆豆腐、ナムル、中華スープ	ハイハイ野菜 ココナッツサブレ	牛乳 509	1.1
	25	木	魚せんべい	ゆかりごはん、鶏肉の唐揚げ、春雨サラダ、かきたま汁	りんご煮 りんごさんどん	牛乳 553	1.1
	26	金	ハイハイ野菜	ちゃんぽん麺、ミートボール、フルーツ	魚せんべい ムーンライトクッキー	牛乳 470	2.2
	27	土	おかし	わかめうどん、ツナサラダ、フルーツ	おかし おかし	牛乳 409	1.8

- ・離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。
- ・材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願い致します。
- ☆ホットケーキミックスは卵・乳なしのものを使用しています。
- ☆マヨネーズは特定原材料7品目、カレーは28品目 未使用のもので提供しています。

