

週間献立表						
かつしか風の子保育園						
時間帯	2025/12/1・15 月	2025/12/2・16 火	2025/12/3・17 水	2025/12/4・18 木	2025/12/5・19 金	2025/12/6・20 土
午前 おやつ	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【バナナ】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【白パン】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】
昼 食	【鶏そぼろ納豆ご飯】 七分つき米 鶏ひき肉 挽きわり納豆 にんにく しょうが にんじん にら ねぎ きび糖 しょうゆ ごま油 【たらの西京焼き】 たら 米みそ きび糖 酒 みりん 油 【青菜ときのこのごまあえ】 ほうれんそう にんじん えのきたけ しめじ すりごま きび糖 食塩 しょうゆ 【根菜の味噌汁】 ごぼう にんじん さといも ねぎ 米みそ 煮干だし汁	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【肉豆腐】 牛肉(ばら) 焼き豆腐 たまねぎ にんじん もやし しょうゆ きび糖 本みりん 酒 片栗粉 【キャベツとわかめの酢の物】 キャベツ きゅうり 生わかめ きび糖 食塩 しょうゆ 酢 【大根と水菜の味噌汁】 だいこん たまねぎ 水菜 米みそ 煮干だし汁	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【鮭の南蛮焼き】 さけ ねぎ きび糖 酒 酢 しょうゆ 【切干大根とひじきのサラダ】 切り干しだいこん きゅうり にんじん ひじき コーン ベーコン 酢 きび糖 油 しょうゆ 【白菜の味噌汁】 はくさい たまねぎ 油揚げ 米みそ 煮干だし汁	【(虹)わかめご飯】 米 炊き込みわかめ 【(森)白パン】 食パン 【鶏肉のコーンフレーク焼き】 鶏もも肉 にんにく しょうが みりん 醤油麹 パン粉 コーンフレーク 【花野菜サラダ】 ブロッコリー カリフラワー コーン ツナ缶 豆乳マヨネーズ(卵不使用) 【冬野菜のミネストローネ】 鳥がらだし汁 たまねぎ にんじん れんこん かぶ かぶ・葉 ベーコン ホールトマト缶詰 食塩 きび糖 コンソメ	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【かじきとポテトのケチャップ和え】 かじき 片栗粉 じゃがいも ケチャップ きび糖 しょうゆ 酒 片栗粉 なたね油 【小松菜ともやしのナムル】 こまつな もやし にんじん ごま油 しょうゆ ごま 【きのこの味噌汁】 しいたけ まいたけ えのきたけ ねぎ たまねぎ 米みそ 煮干だし汁	【あんかけうどん】 ゆでうどん 鶏もも肉 はくさい にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩 みりん 片栗粉 【ジャーマンポテト】 じゃがいも たまねぎ ベーコン 豆乳マーガリン 【スティックきゅうり】 きゅうり 食塩
			【3日】 【牛乳】 牛乳 【バナナホットケーキ】 ホットケーキ粉 バナナ 豆乳			
午後 おやつ	【牛乳】 牛乳 【大根の磯辺焼き】 切り干しだいこん だいこん 焼きのり 上新粉 片栗粉 食塩 しょうゆ ごま油 酢 【バナナ】 バナナ	【牛乳】 牛乳 【きなこクリームサンド】 食パン 米粉 きな粉 きび糖 豆乳 なたね油 【みかん】 みかん	豆乳マーガリン 【りんご】 りんご	【牛乳】 牛乳 【しらすとおかかのお焼き】 七分つき米 小麦粉 ごま かつお節 なたね油 しょうゆ しらす干し 【みかん】 みかん	【牛乳】 牛乳 【メロンパン風クッキー】 ホットケーキ粉 きび糖 油 バニラエッセンス 豆乳 きび糖 【りんご】 りんご	【牛乳】 牛乳 【なめたけおにぎり】 七分つき米 なめたけ 焼きのり 【バナナ】 バナナ
			【17日(おもちゃつき)】 【牛乳】 牛乳 【手作りせんべい】 米 もち米 ごま しょうゆ かつお節 ごま油 【りんご】 りんご			

週間献立表						
時間帯	2025/12/8・22 月	2025/12/9・23 火	2025/12/10・24 水	2025/12/11・25 木	2025/12/12・26 金	2025/12/13・27 土
午前 おやつ	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【バナナ】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】	【牛乳】 牛乳 【白パン】	【牛乳】 牛乳 【赤ちゃんせんべい】
昼 食	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【鶏肉のゆず味噌焼き】 鶏もも肉 酒 本みりん きび糖 食塩 米みそ ゆず果皮 ゆず果汁 【南瓜の甘煮】 かぼちゃ しょうゆ きび糖 かつおだし汁 【れんこんと豆腐のみぞれ汁】 れんこん 絹ごし豆腐 だいこん にんじん しめじ かつお・昆布だし汁 食塩 しょうゆ	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【焼き鯖のおろしがけ】 さば 塩こうじ 酒 かつお・昆布だし汁 だいこん しょうゆ きび糖 【白菜の和風サラダ】 はくさい きゅうり もやし にんじん ハム しょうゆ 酢 きび糖 かつお節 【さつま芋の味噌汁】 さつま芋 たまねぎ ねぎ 米みそ 煮干だし汁	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【高野豆腐のから揚げ】 凍り豆腐 しょうが にんにく しょうゆ みりん きび糖 かつおだし汁 小麦粉 ごま 水 油 【カリコリサラダ】 きゅうり コーン トマト れんこん レタス ベーコン 酢 しょうゆ きび糖 なたね油 【ほうれん草の味噌汁】 ほうれんそう たまねぎ 油揚げ 米みそ 煮干だし汁	【冬野菜のカレーうどん】 ゆでうどん 油 豚肉(ばら) はくさい たまねぎ だいこん ねぎ しょうゆ 食塩 本みりん カレー粉 きび糖 かつお・昆布だし汁 片栗粉 【キャベツのフレンチサラダ】 キャベツ きゅうり にんじん 酢 食塩 きび糖 油 【青のりポテト】 じゃがいも 豆乳マーガリン 食塩 あおのり	【玄米ご飯】 七分つき米 玄米 【石狩煮】 さけ さといも ごぼう にんじん 米みそ しょうゆ きび糖 かつお・昆布だし汁 【ほうれん草の白和え】 ほうれんそう もやし 木綿豆腐 すりごま きび糖 食塩 【白菜のすまし汁】 はくさい えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩	【和風チャーハン】 七分つき米 油 ねぎ にんじん ピーマン 食塩 こしょう しらす干し 焼き豚 【きゃべつのおかかサラダ】 キャベツ にんじん きゅうり きび糖 食塩 豆乳マヨネーズ(卵不使用) かつお節 【なめこ汁】 なめこ 絹ごし豆腐 ねぎ 米みそ 煮干だし汁
午後 おやつ	【牛乳】 牛乳 【小豆のスコーン】 ホットケーキ粉 ゆであずき缶 豆乳マーガリン 豆乳 【りんご】 りんご	【牛乳】 牛乳 【(虹)いなりおにぎり】 七分つき米 油揚げ きび糖 しょうゆ 【(森)いなり寿司】 七分つき米 油揚げ きび糖 しょうゆ 【バナナ】 バナナ	【牛乳】 牛乳 【焼き芋】 さつま芋 【りんご】 りんご	【牛乳】 牛乳 【お豆腐ココアマフィン】 小麦粉 ココア(ビュアココア) きび糖 ベーキングパウダー 食塩 なたね油 豆乳 絹ごし豆腐 【みかん】 みかん	【牛乳】 牛乳 【ポテトのキャベツ焼き】 豚ひき肉 じゃがいも キャベツ かつお節 食塩 片栗粉 なたね油 ケチャップ ウスターソース あおのり 【バナナ】 バナナ	【牛乳】 牛乳 【鮭おにぎり】 七分つき米 さけ 焼きのり 【みかん】 みかん