

※マヨネーズ、天ぷら粉、加工品は卵不使用のものを使用しています。

2024年 12月 献立表(1日~15日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
1	日				
2	月	ゆかりごはん 魚香味焼き 小松菜コーン和え 春雨酢の物 味噌汁	オレンジ	シュガートースト スキムミルク	<ul style="list-style-type: none"> ●米、ゆかりふりかけ ●赤魚、しょうが、にんにく、ねぎ、ごま ●小松菜、もやし、コーン ●春雨、人参、きゅうり ●木綿豆腐、なめこ、わかめ ●オレンジ ◆食パン、バター
3	火	ごはん 鶏肉みそマヨ焼き キャベツ甘酢和え こんにやく土佐煮 すまし汁	りんご	きな粉麩ラスク みかん スキムミルク	<ul style="list-style-type: none"> ●米●鶏肉、しょうが ●キャベツ、きゅうり、油揚げ、ごま ●板こんにやく、かつお節 ●大根、玉ねぎ、おつゆ麩●りんご ◆おつゆ麩、バター、きな粉◆みかん
4	水	ごはん さつま揚げ チンゲン菜ゆかり和え チーズ 味噌汁	バナナ	ココア蒸しパン スキムミルク	<ul style="list-style-type: none"> ●米●白身魚すり身、玉ねぎ、人参、れんこん しょうが、スキムミルク ●チンゲン菜、もやし、人参、ゆかりふりかけ ●チーズ●かぼちゃ、玉ねぎ、ねぎ●バナナ ◆ホットケーキミックス、ココア、スキムミルク
5	木	チキンカレー ほうれん草和え物 ひじきサラダ	みかん	ウインナーパイ スキムミルク	<ul style="list-style-type: none"> ●米、鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、れんこん カレールウ、スキムミルク ●ほうれん草、人参、えのきたけ ●ひじき、大豆、きゅうり、ツナ、コーン●みかん ◆パイシート、ウインナー
6	金	ごはん 魚西京焼き 切干大根サラダ 高野豆腐煮物 すまし汁	りんご	大学芋 スキムミルク	<ul style="list-style-type: none"> ●米●鮭、しょうが、ごま ●切干大根、人参、きゅうり、ツナ ●高野豆腐 ●小松菜、しめじ、玉ねぎ●りんご ◆さつまいも、黒ごま
7	土	麻婆丼 スープ	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	<ul style="list-style-type: none"> ●米、豚ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、しょうが にんにく、ピーマン ●白菜、もやし、わかめ ●バナナ
8	日				
9	月	ごはん 肉団子スープ 小松菜しらす和え ちくわしょうゆマヨ炒め	オレンジ	大豆スコーン スキムミルク	<ul style="list-style-type: none"> ●米●豚ひき肉、春雨、白菜、玉ねぎ、しめじ、大根 しょうが●小松菜、人参、しらす干し ●ちくわ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、大豆、バター、スキムミルク
10	火	ごはん 魚塩焼き ほうれん草のり和え れんこん金平 味噌汁	バナナ	おほかおにぎり お茶	<ul style="list-style-type: none"> ●米●鮭 ●ほうれん草、人参、刻みのり ●れんこん、人参 ●里芋、玉ねぎ、油揚げ●バナナ ◆米、かつお節、ごま
11	水	ごはん 豚肉・さつまいもみそ炒め キャベツ和え物 マカロニサラダ スープ	みかん	りんごケーキ スキムミルク	<ul style="list-style-type: none"> ●米●豚肉、にんにく、さつまいも、玉ねぎ、ピーマン ●キャベツ、人参、ちくわ、ごま ●マカロニ、きゅうり、ツナ ●木綿豆腐、人参、コーン●みかん ◆ホットケーキミックス、りんご、バター、スキムミルク
12	木	ごはん 魚カレー風味揚げ チンゲン菜中華和え かぼちゃオープン焼き すまし汁	りんご	ヨーグルト せんべい お茶	<ul style="list-style-type: none"> ●米●赤魚、てんぷら粉、カレー粉 ●チンゲン菜、もやし、わかめ、ごま ●かぼちゃ ●白菜、しめじ、人参●りんご ◆ヨーグルト、スキムミルク、フルーツソース◆星たべよ
13	金	鮭ごはん ハンバーグ ゆでブロッコリー フライドポテト スープ ひとくちゼリー <div style="text-align: center;"> お誕生会 </div>		 さつまいもチーズケーキ スキムミルク 	<ul style="list-style-type: none"> ●米、鮭フレーク、ごま ●豚ひき肉、玉ねぎ、人参、木綿豆腐、コーン スキムミルク、パン粉 ●ブロッコリー●じゃがいも ●かぶ、人参、わかめ●ひとくちゼリー ◆ホットケーキミックス、さつまいも、バター スキムミルク、クリームチーズ、レモン果汁
14	土	味噌ラーメン ちくわ磯辺焼き	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	<ul style="list-style-type: none"> ●ゆで中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし バター ●ちくわ、青のり ●オレンジ
15	日				

2024年 12月 献立表(16日~31日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
16	月	ごはん 魚サクサク焼き キャベツ塩昆布和え ゆでウインナー 豚汁	バナナ	きつねおにぎり お茶 	●米●カラスカレイ、パン粉、ごま ●キャベツ、きゅうり、塩昆布 ●ウインナー ●豚肉、大根、人参、ごぼう、ねぎ●バナナ ◆米、油揚げ、ごま
17	火	ごはん 鶏肉マーマレード焼き チンゲン菜ツナ和え 春雨炒め物 スープ	りんご	スイートポテトパイ スキムミルク	●米●鶏肉、しょうが、マーマレード ●チンゲン菜、白菜、ツナ ●春雨、玉ねぎ、人参、ごま ●えのきたけ、人参、わかめ●りんご ◆パイシート、さつまいも、バター
18	水	ごはん 豚肉しょうが炒め  ほうれん草白和え 人参から揚げ 味噌汁	みかん	ツナマヨサンド スキムミルク	●米●豚肉、キャベツ、玉ねぎ、しょうが、ピーマン ●ほうれん草、人参、糸こんにゃく、木綿豆腐、ごま ●人参、しょうが、にんにく、小麦粉 ●おつゆ麩、厚揚げ、じゃがいも●みかん  ◆食パン、ツナ
19	木	ごはん 魚ムニエル 小松菜おかか和え 金時豆煮物 すまし汁	オレンジ	コンソメポテト スキムミルク	●米●鮭、バター、小麦粉 ●小松菜、人参、かつお節 ●金時豆 ●木綿豆腐、もやし、わかめ●オレンジ ◆じゃがいも、パセリ粉
20	金	ケチャップライス グラタン ブロッコリー和え物 スープ ひとくちゼリー 	クリスマス会		●米、玉ねぎ、人参、コーン ●鶏肉、玉ねぎ、マカロニ、しめじ、じゃがいも ホワイトソース、スキムミルク、チーズ、パン粉 ●ブロッコリー●白菜、かぶ、わかめ●ひとくちゼリー ◆ホットケーキミックス、バター、スキムミルク、いちご ホイップクリーム
21	土	中華丼 味噌汁	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、豚肉、白菜、玉ねぎ、もやし、人参、しょうが ●木綿豆腐、しめじ、わかめ ●バナナ
22	日				
23	月	ごはん 魚幽庵焼き  大根甘酢和え かぼちゃ煮物 味噌汁	みかん	コーン蒸しパン スキムミルク	●米●カラスカレイ、ゆず  ●大根、人参、きゅうり、ごま  ●かぼちゃ ●白菜、しめじ、玉ねぎ●みかん ◆ホットケーキミックス、コーン、スキムミルク
24	火	ごはん ローストチキン ほうれん草ソテー ごぼうサラダ コーンスープ	りんご	プリンアラモード お茶	●米●鶏肉、しょうが、にんにく、玉ねぎ ●ほうれん草、しめじ、コーン、バター ●ごぼう、人参、糸こんにゃく、ごま ●コーンクリーム缶、玉ねぎ、スキムミルク、パセリ粉 ●りんご ◆かんでんぱぱ、スキムミルク、みかん缶 コーンフレーク
25	水	青菜ごはん 豚大根  わかめ酢の物 ちくわ天ぷら	オレンジ	みたらしトースト スキムミルク	●米、青菜ふりかけ●豚肉、大根、人参、厚揚げ 玉ねぎ、グリーンピース ●わかめ、キャベツ、きゅうり、しらす干し、ごま ●ちくわ、てんぷら粉●オレンジ ◆食パン、黒ごま
26	木	ごはん 魚マヨネーズ焼き 小松菜和風和え 厚揚げ煮物 すまし汁	バナナ	お好み焼き お茶	●米●鮭、玉ねぎ、人参、しめじ、スキムミルク ●小松菜、ひじき、きゅうり、かつお節、ツナ、刻みのり ごま●厚揚げ ●大根、玉ねぎ、わかめ●バナナ ◆お好み焼き粉、キャベツ、豚ひき肉、ねぎ、かつお節 青のり
27	金	ごはん 鶏肉竜田揚げ ほうれん草えのき和え じゃがマヨおかか 味噌汁	りんご	ジャムクッキー スキムミルク	●米●鶏肉、にんにく、しょうが、小麦粉 ●ほうれん草、人参、えのきたけ ●じゃがいも、かつお節 ●切干大根、板こんにゃく、人参●りんご ◆小麦粉、バター、いちごジャム、スキムミルク
28	土	年越しうどん  ウインナーソテー	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆでうどん、人参、油揚げ、赤板かまぼこ、わかめ ●キャベツ、玉ねぎ、ウインナー ●オレンジ
29	日				
30	月	家庭保育 			
31	火	 家庭保育			

※仕入の都合・行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※初めて食べる食材がある場合、園にお知らせください。