

※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	●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	●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	ココアケーキ スキムミルク	●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	ヨーグルト せんべい お茶	●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、ツナ水煮、コーン ●みかん ◆ヨーグルト、スキムミルク、フルーツソース ◆星たべよ
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	●米 ●鮭、しょうが、ごま ●切干大根、人参、きゅうり、ツナ水煮 ●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	●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	きな粉スコーン スキムミルク	●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、きな粉、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	おかかおにぎり お茶	●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	●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、ツナ水煮 ●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	ウインナーパイ スキムミルク	●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 ◆パイシート、ウインナー
13 金	鮭ごはん お誕生会 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		さつまいもチーズケーキ スキムミルク	●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	●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	みかん	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、ツナ水煮 ●春雨、玉ねぎ、人参、ごま ●えのきたけ、人参、わかめ●みかん ◆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	りんご	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●りんご ◆食パン、ツナ水煮
19	木	ごはん 魚ムニエル 小松菜おかか和え 金時豆煮 すまし汁	オレンジ	コンソメポテト スキムミルク	●米●たら、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	クリスマスクッキー スキムミルク	●米●鶏肉、しょうが、にんにく ●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 ◆小麦粉、バター、スキムミルク、ココアパウダー
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、ツナ水煮、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 ほうれん草なめ草和え じゃがマヨおかか 味噌汁	りんご	プリンアラモード お茶	●米●鶏肉、にんにく、しょうが、小麦粉 ●ほうれん草、人参、なめ草 ●じゃがいも、かつお節 ●切干大根、板こんにゃく、人参●りんご ◆かんでんばば、スキムミルク、みかん缶、コーンフレーク
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。