

2021年度12月 乳児食献立予定表 (12ヶ月頃～)



日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
1 15 29 (水)	ご飯 もやしのおみそ汁 納豆のおとし揚げ スイートポテトサラダ りんご	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、もやし、たまねぎ、わかめ、みそ/油、納豆、コーン、あおのり、片栗粉、しょうゆ、みりん/さつまいも、にんじん、きゅうり、ノンエッグマヨネーズ、食塩/りんご/麦茶(浸出液)/ヨーグルト(無糖)、砂糖、もも缶(黄桃)、バナナ、コーンフレーク	牛乳 おせんべい 麦茶 フルーツヨーグルト	472 kcal 15.0 g 11.4 g
2 16 30 (木)	ご飯 キャベツのおみそ汁 肉かぼちゃ 切り干し大根のナムル みかん	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、キャベツ、にんじん、みそ/油、たまねぎ、鶏もも肉、かぼちゃ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース/切り干しだいこん、こまつな、えのきたけ、ごま、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢/みかん/牛乳/ホットケーキ粉、卵、砂糖、油、グラニュー糖	牛乳 クラッカー 牛乳 メロンパンクッキー	448 kcal 15.8 g 13.5 g
3 17 31 (金)	ご飯 じゃがいものおみそ汁 かれないのコーンクリーム焼き ブロッコリーのソテー グレープフルーツ	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、じゃがいも、チンゲンサイ、ねぎ、みそ/かれない、食塩、片栗粉、クリームコーン缶、ノンエッグマヨネーズ/油、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、食塩/グレープフルーツ/牛乳/米、油、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、しょうゆ、ピザ用チーズ	牛乳 ビスケット 牛乳 ミートライス	478 kcal 23.2 g 12.8 g
4 18 (土)	ご飯 はくさいのおみそ汁 れんこん入りつくね ひじきの煮付け りんご	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、はくさい、たまねぎ、みそ/鶏ひき肉、木綿豆腐、れんこん、たまねぎ、片栗粉、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉、水/油、ひじき、さつまいも、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉、水、いんげん/りんご/牛乳/ごま油、さといも、片栗粉、水、砂糖、みそ、みりん	牛乳 ウエハース 牛乳 さといものお焼き	470 kcal 16.5 g 14.1 g
6 20 (月)	ご飯 たまねぎのおみそ汁 かれないのゆうあん焼き さといもの煮物 バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、たまねぎ、こまつな、切り干しだいこん、みそ/かれない、レモン果汁、しょうゆ、みりん/かつおだし汁、さといも、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、いんげん/バナナ/牛乳/米、しらす干し、みそ、ノンエッグマヨネーズ	牛乳 ウエハース 牛乳 みそ焼きおにぎり	474 kcal 20.9 g 9.6 g
7 21 (火)	ご飯 だいこんのおみそ汁 ポークチャップ キャベツサラダ みかん	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、だいこん、はくさい、油揚げ、みそ/豚肉(もも)、たまねぎ、おろししょうが、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース/ひじき、しょうゆ、ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、れんこん、ノンエッグマヨネーズ、砂糖/みかん/牛乳/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、つぶしあん	牛乳 ビスケット 牛乳 米粉あずき蒸しパン	472 kcal 21.3 g 15.1 g
8 22 (水)	ご飯 中華チキンスープ マーボー高野豆腐 じゃがいものごま酢あえ グレープフルーツ	牛乳/お子様せんべい/米/かつお・昆布だし汁、鶏ささ身、片栗粉、チンゲンサイ、にんじん、食塩、しょうゆ、ごま油/油、おろししょうが、たまねぎ、豚ひき肉、凍り豆腐、にら、水、砂糖、しょうゆ、みそ、水、片栗粉/じゃがいも、きゅうり、ごま、砂糖、酢、食塩/グレープフルーツ/牛乳/かぼちゃ、無塩バター、砂糖、牛乳	牛乳 おせんべい 牛乳 スイートパンプキン	471 kcal 18.6 g 16.7 g
9 23 (木)	ご飯 豆腐のおみそ汁 さばのカレー煮 ほうれんそうののり和え りんご	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ/かつおだし汁、たまねぎ、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、さば、片栗粉、カレー粉/ほうれんそう、にんじん、もやし、コーン、のり、しょうゆ、砂糖/りんご/牛乳/油、じゃがいも、片栗粉、あおのり、砂糖、ケチャップ、中濃ソース	牛乳 クラッカー 牛乳 たこ焼き風ポテト	481 kcal 20.9 g 17.2 g
10 24 (金)	ご飯 クリームシチュー 鶏の唐揚げ うまっこりー オレンジ	牛乳/ビスケット/米/たまねぎ、さつまいも、はくさい、水、鶏がらスープの素、豆乳、米粉、食塩/鶏もも肉、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん、片栗粉、油/ブロッコリー、にんじん、コーン、しょうゆ、ノンエッグマヨネーズ、ごま、かつお節/オレンジ/牛乳/卵、砂糖、小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、レモン果汁、いちご	牛乳 ビスケット 牛乳 マドレーヌ	514 kcal 22.8 g 18.0 g
11 25 (土)	ご飯 たまねぎのおみそ汁 さけのゆかり焼き れんこんの炒め煮 みかん	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、たまねぎ、ほうれんそう、もやし、みそ/さけ、カルシウムふりかけ ゆかり、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/油、豚ひき肉、れんこん、にんじん、ピーマン、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん/みかん/牛乳/りんご濃縮果汁、かんでん(粉)、りんご、砂糖/ソフトせんべい塩味	牛乳 ウエハース 牛乳 りんご寒天おせんべい	460 kcal 20.3 g 13.4 g
13 27 (月)	ポークカレー かぶのおみそ汁 オーロラサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、たまねぎ、豚肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、りんご、水、鶏がらスープの素、トマト缶、カレー粉、食塩、中濃ソース、米粉、水/かつおだし汁、かぶ、しめじ、かぶ・葉、みそ/キャベツ、たまねぎ、コーン、ケチャップ、ノンエッグマヨネーズ/オレンジ/牛乳/食パン、ツナ缶、キャベツ、ノンエッグマヨネーズ、食塩	牛乳 ウエハース 牛乳 ツナサンド	471 kcal 17.8 g 14.2 g
14 28 (火)	ご飯 さといものすまし汁 さわらの香りみそ焼き はくさいの煮びたし バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、さといも、ねぎ、まいだけ、食塩、しょうゆ/さわら、ごま、ごま油、砂糖、みそ、みりん/かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、油揚げ、にんじん、こまつな、もやし、はくさい/バナナ/牛乳/ゆで中華めん、ごま油、おろしにんにく、豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ	牛乳 ビスケット 牛乳 しょうゆラーメン	481 kcal 22.7 g 14.9 g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎乳児クラスは末食の食材は給食で提供しません。

食品確認票と献立表の材料名内の太字を参考にご家庭で2回以上喫食しましたらお知らせ下さい。

12月平均栄養量	
	473 kcal
	19.5 g
	14.1 g