



令和6年12月 給食献立一覧表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価
2	月	せんべい 牛乳	豚肉の味噌焼き ごまあえ けんちん汁 ごはん	豚ロース肉、玉葱、プレーンヨーグルト、みそ、生姜、みりん 青菜、もやし、人参、砂糖、醤油、すりごま 大根、人参、つきこんにやく、牛蒡、ごま油、木綿豆腐、ねぎ、水、かつお節、みりん、醤油 米	大ういも さつまいも、油、砂糖、醤油、水、黒ごま 麦茶	エネルギー 555 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 19.8 g 食塩相当量 1.4 g
3	火	クラッカー 麦茶	ハヤシライス マカロニサラダ 牛乳	米、豚もも肉、油、玉葱、人参、マッシュルーム缶、ハヤシルウ マカロニ、人参、胡瓜、ロースハム、マヨネーズ、酢、塩・胡椒 牛乳	みかん おかし 麦茶	エネルギー 540 kcal たんぱく質 15.6 g 脂 質 21.1 g 食塩相当量 2.1 g
4	水	せんべい 牛乳	千草焼き さわやか漬け えのきのみそ汁 ひじきごはん	卵、豚挽肉、人参、玉葱、椎茸、ピーマン、油、砂糖、塩 大根、胡瓜、人参、塩、レモン汁、砂糖 えのき茸、わかめ、みそ、煮干し、水 米、ひじきごはんの素	ジャムサンド 食パン、ジャム 牛乳	エネルギー 524 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 14.6 g 食塩相当量 2.1 g
5	木	ヨーグルト 麦茶	里芋のグラタン じゃこサラダ 牛乳 パン	里芋、ベーコン、玉葱、しめじ、バター、小麦粉、スキムミルク、コンソメ、水、みそ、塩・胡椒、チーズ キャベツ、胡瓜、人参、じゃこ、油、砂糖、醤油、酢、ごま油 牛乳 パン	ぶどうゼリー ゼリーの素、水、ぶどうジュース せんべい 麦茶	エネルギー 478 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.9 g
6	金	ビスケット 牛乳	鶏肉のかりん揚げ ごぼうサラダ 牛乳 ごはん	鶏もも肉、片栗粉、油、砂糖、みりん、醤油、生姜、いりごま 牛蒡、人参、胡瓜、ツナ缶、マヨネーズ、酢、ドレッシング 牛乳 米	お好み焼き <small>お好み焼き粉、卵、ロースハム、キャベツ、油、ソース、かつお節、青のり</small> 麦茶	エネルギー 556 kcal たんぱく質 26.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 2.0 g
7	土	おかし 牛乳	すき焼き風煮 酢の物 牛乳 ごはん	豚もも肉、焼き豆腐、糸こんに、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖、醤油 胡瓜、わかめ、みかん缶、酢、塩、砂糖 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 554 kcal たんぱく質 20.0 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.3 g
9	月	ビスケット 牛乳	ポークビーンズ ブロッコリーのだし醤油あえ バナナ 牛乳 ごはん	ゆで大豆、豚もも肉、ベーコン、じゃが芋、玉葱、人参、油、コンソメ、ケチャップ、ソース、塩・胡椒、砂糖 ブロッコリー、醤油、水、かつお節 バナナ 牛乳 米	わかめうどん <small>乾めん、なると、わかめ、ねぎ、醤油、みりん、水、かつお節</small> 麦茶	エネルギー 529 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 14.2 g 食塩相当量 2.5 g
10	火	コーンフレーク 牛乳	八宝菜 さつまいものレモン煮 中華卵スープ ごはん	豚もも肉、さつまいも、なると、人参、白菜、椎茸、ゆでたけのこ、玉葱、生姜、グリーンピース、油、中華だし、醤油、みりん、片栗粉 さつまいも、レモン汁、砂糖、塩 卵、にら、えのき茸、水、中華だし、塩・胡椒 米	ポイルフランク ウインナー、ケチャップ クラッカー 麦茶	エネルギー 548 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 2.0 g
11	水	せんべい 牛乳	高野豆腐の含め煮 青菜の海苔和え 牛乳 ごはん	高野豆腐、里芋、人参、つきこんにやく、れんこん、昆布、さつまいも揚げ、醤油、砂糖、みりん 青菜、もやし、焼きのり、醤油、水、かつお節 牛乳 米	りんごケーキ <small>小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、牛乳、バター、りんご、砂糖</small> 紅茶	エネルギー 492 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 12.4 g 食塩相当量 1.6 g
12	木	ビスケット 麦茶	ポテトコロッケ フレンチサラダ 牛乳 パン	じゃが芋、玉葱、豚挽肉、油、塩・胡椒、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース キャベツ、人参、コーン、酢、油、塩・胡椒 牛乳 パン	おにぎり 米、混ぜごはんの素 白菜の浅漬け 白菜、塩 ほうじ茶	エネルギー 538 kcal たんぱく質 16.4 g 脂 質 19.7 g 食塩相当量 1.7 g
13	金	ヨーグルト 麦茶	魚のムニエル 南瓜のサラダ もやしのコンソメスープ ごはん	魚、塩・胡椒、小麦粉、バター、レモン汁 南瓜、胡瓜、人参、マヨネーズ、酢、塩・胡椒 もやし、ベーコン、コンソメ、塩・胡椒、水 米	プルーン おかし 牛乳	エネルギー 451 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.1 g
14	土	おかし 牛乳	ポークカレー スティックきゅうり 牛乳 ごはん	豚もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、油、アレルギー不使用カレールウ 胡瓜、塩 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 525 kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 16.2 g 食塩相当量 1.7 g
16	月	ビスケット 牛乳	親子煮 ゆかり漬け すまし汁 ごはん	卵、鶏むね肉、なると、玉葱、人参、えのき茸、みつば、砂糖、醤油、水、かつお節 大根、胡瓜、ゆかり、塩 花麩、わかめ、醤油、塩、水、かつお節 米	キャラット蒸しパン <small>蒸しパンの素、人参ジュース、スキムミルク</small> 牛乳	エネルギー 532 kcal たんぱく質 24.2 g 脂 質 13.3 g 食塩相当量 2.0 g



令和6年12月 給食献立一覧表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価
17	火	せんべい 麦茶	豆腐とツナのソース焼き コールスローサラダ 牛乳 ごはん	絞豆腐、ツナ缶、玉葱、パン粉、卵、塩・胡椒、油、ソース、ケチャップ、砂糖 キャベツ、人参、ピーマン、コーン、マヨネーズ、プレーンヨーグルト、砂糖、塩・胡椒 牛乳 米	コーンポタージュ <small>コーン(ゆがゆ)、牛乳、生クリーム、コンソメ、塩・胡椒、乾燥パセリ</small> クラッカー 麦茶	エネルギー 504 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 1.6 g
18	水	コーンフレーク 牛乳	鶏肉とさつまいもの旨煮 スティックきゅうり 牛乳 ごはん	鶏もも肉、生姜、醤油、片栗粉、さつまいも、油、人参、玉葱、さやいんげん、油、砂糖、醤油、ケチャップ、水 胡瓜、塩 牛乳 米	マカロニあべかわ マカロニ、きな粉、砂糖、塩 麦茶	エネルギー 537 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 15.1 g 食塩相当量 1.7 g
19	木	せんべい 牛乳	【食育の日・冬至献立】 魚のゆうあん焼き 南瓜の小豆煮 豚汁 ごはん	魚、醤油、みりん、酒、ゆず果皮 南瓜、あずき(ゆで)、砂糖、醤油 豚もも肉、大根、人参、つきこんにやく、しめじ、牛蒡、ごま油、ねぎ、みそ、水、かつお節 米	みかん せんべい 牛乳	エネルギー 537 kcal たんぱく質 26.7 g 脂 質 13.7 g 食塩相当量 1.6 g
20	金	ヨーグルト 麦茶	肉じゃが おかか和え 牛乳 ごはん	豚もも肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、砂糖、醤油、酒 白菜、青菜、醤油、かつお節 牛乳 米	フレンチトースト パン、牛乳、卵、砂糖、バター 紅茶	エネルギー 503 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 15.0 g 食塩相当量 1.6 g
21	土	おかし 牛乳	肉野菜炒め バナナ 牛乳 ごはん	豚もも肉、しめじ、チンゲン菜、玉葱、人参、もやし、油、砂糖、みりん、醤油 バナナ 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 569 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.1 g
23	月	せんべい 牛乳	はんぺんのフライ ひじきサラダ 牛乳 ごはん	はんぺん、塩・胡椒、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース ひじき、砂糖、醤油、人参、胡瓜、キャベツ、醤油、酢、油 牛乳 米	ふかしいも さつまいも 麦茶	エネルギー 519 kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 1.7 g
24	火	ヨーグルト 麦茶	【クリスマス会食】 スパゲティナポリタン ツリーハンバーグ ポテトサラダ いちご豆乳プリン わかめのコンソメスープ	スパゲティ、ウインナー、玉葱、ピーマン、マッシュルーム缶、油、ケチャップ、トマトピューレ、ソース、塩・胡椒 ツリーハンバーグ(卵・乳・小麦不使用)、ケチャップ じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ、酢、塩・胡椒 いちご豆乳プリン わかめ、ねぎ、コンソメ、塩・胡椒、水	クリスマスケーキ 紅茶	エネルギー 540 kcal たんぱく質 16.8 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 1.8 g
25	水	ビスケット 牛乳	麻婆春雨 切干大根のナムル 牛乳 ごはん	乾燥春雨、豚挽肉、椎茸、人参、ゆでたけのこ、チンゲン菜、生姜、にんにく、ごま油、みそ、醤油、酒、片栗粉、いりごま 切干大根、人参、胡瓜、コーン、ごま油、醤油、酢、塩 牛乳 米	りんご せんべい 麦茶	エネルギー 489 kcal たんぱく質 14.4 g 脂 質 14.1 g 食塩相当量 1.4 g
26	木	せんべい 牛乳	かぶのシチュー ブロッコリーサラダ 牛乳 パン	かぶ、かぶの葉、玉葱、コーン、鶏もも肉、じゃが芋、人参、スキムミルク、油、シチューの素 ブロッコリー、トマト、玉葱、ロースハム、酢、油、塩・胡椒 牛乳 パン	おにぎり 米、混ぜごはんの素 きゅうりの浅漬け 胡瓜、塩 ほうじ茶	エネルギー 546 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 18.4 g 食塩相当量 2.6 g
27	金	クラッカー 麦茶	さばの味噌煮 キャベツのなめたけ和え 牛乳 ごはん	さば、生姜、砂糖、醤油、みそ キャベツ、小松菜、人参、なめたけ、塩 牛乳 米	プリン プリン(素)、牛乳、砂糖、湯 せんべい 麦茶	エネルギー 503 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 1.7 g
28	土	おかし 牛乳	そぼろ煮 もやしの和え物 牛乳 ごはん	豚挽肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、砂糖、醤油、酒 もやし、人参、菜飯の素 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 517 kcal たんぱく質 17.3 g 脂 質 15.9 g 食塩相当量 1.3 g

【目標値】エネルギー533kcal、たんぱく質21.3g、脂質17.2g、食塩相当量1.6g(3歳未満児)

【平均値】エネルギー524kcal、たんぱく質19.6g、脂質16.8g、食塩相当量1.7g

※食べたことのない食品・食材がある場合には、必ず事前に職員へお知らせください。

※歯の生え方や咀嚼力等の発育・発達に応じて、練り製品、こんにやく、丸いもの等は切り方や大きさに配慮して調理し、食事の際に声掛けや見守りを行っています。

※食材の調達等の状況により、献立及び食材が一部変更となる場合があります。

※土曜日は3大アレルゲン(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施しています。(飲用牛乳除く)

※毎月19日は食育の日です。19日(木)は3大アレルゲン(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施します。(飲用牛乳除く)