



令和2年  
12月

# 給食献立予定表

社会福祉法人南河学園  
附属国分保育園

1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	7日(月)	8日(火)
野菜スティック	ヨーグルト	カステラ	クッキー	ブリッツ	ポーロ	おせんべい
ごはん 鶏のからあげ ごぼうサラダ キャベツスープ 果物	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根の煮なます ほうれん草のすまし汁 果物	さつまいもごはん 豚肉の柳川風 ブロッコリーのおかか和え 白菜のみそ汁 果物	ごはん カレーとちくわの磯揚げ もやしの甘酢和え かぼちゃのみそ汁 果物	牛乳 親子丼 炒り大豆、小魚 果物	ごはん 手作り野菜がんとどき 小魚和え かぶのみそ汁 果物	ごはん いわしのかばやき 里芋のそぼろあん キャベツの豆乳みそ汁 果物
五分づき米 鶏肉 しょうゆ みりん にんにく しょうゆ 片栗粉 米油 トマト	五分づき米 切干大根 にんにく 油揚げ ねぎ キャベツ もやし にんにく しいたけ 白みそ みりん 三温糖 酒	五分づき米 さつまいも 食塩 酒 ブロッコリー にんにく かつお節 しょうゆ 三温糖	五分づき米 もやし きゅうり にんにく 高野豆腐 酢 三温糖 しょうゆ ごま トマト	五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 炒り大豆 小魚 たまねぎ だしこんぶ ごま 干しいたけ	五分づき米 ちりめんじゃこ かぶ しめじ わかめ にんにく 水菜 にんにく 酢 だしこんぶ だしじゃこ 米みそ ごま 果物 トマト	五分づき米 さといも 鶏ミンチ にんにく グリンピース たまねぎ 豆乳 だしこんぶ しょうゆ 三温糖 みりん 片栗粉 果物
プチゼリー、ビスケット	手作りスイーツおばけ	手作り磯助煮	レーズン、ウエハース	おせんべい	チーズ、クラッカー	手作りジャムサンド

9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	14日(月)	15日(火)
ブリッツ	かりんとう	ウエハース	生活発表会	ひじきスティック	ゼリー
他人丼 さつまいものごま和え 果物	ごはん ハムと大豆の小天ぶら 温野菜サラダ 大根のすまし汁 果物	鮭菜ごはん 豚じゃが 切干大根の土佐酢和え きのこのみそ汁 果物	牛乳 ミルクパン ウインナーパン バナナ	ごはん はんぺんハンバーグ 大根サラダ トマトシチュー 果物	ごはん 鶏と野菜の甘酢煮 もやしの中華和え もずくスープ 果物
五分づき米 卵 牛肉 たまねぎ ほうれん草 にんにく 油揚げ しょうゆ みりん 三温糖	五分づき米 キャベツ にんにく ハム 水菜大豆 たまねぎ コーン ピーマン 小麦粉 米油 食塩 トマト	五分づき米 さけ ごま ごま 切干大根 にんにく 三温糖 しょうゆ かつお節	五分づき米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんにく しらたき グリンピース しょうゆ にんにく 酢 三温糖 しょうゆ かつお節	五分づき米 だいこん きゅうり にんにく はんぺん 木綿豆腐 たまねぎ ツナ にんにく ねぎ 果物	五分づき米 ケチャップ 片栗粉 チンゲン菜 にんにく もやし しょうが にんにく たまねぎ じゃがいも しょうゆ ごま油 みりん 酢 果物
こんぶ、あられ	バナナチップ、クッキー	おせんべい、炒り大豆、小魚	レーズン、サブレ	レーズン、サブレ	手作りお好み焼き風蒸しパン



令和2年  
12月

# 給食献立予定表

社会福祉法人南河学園  
附属国分保育園

16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	21日(月)	22日(火)	23日(水)
カステラ	ラムネ	あられ	ウエハース	冬至 カステラ	プリン	かりんとう
ひじきごはん ぶりの塩焼き キャベツのおかか和え じゃがいものみそ汁 果物	あんかけうどん さつまいもの天ぶら ブロッコリーのごま和え 果物	ごはん 豆腐のグラタン 海藻サラダ ポパイスープ 果物	牛乳 焼きそば 炒り大豆、小魚 果物	ごはん かぼちゃコロッケ 小松菜の納豆和え 吉野汁 果物	ごはん さわらの西京焼き ひじきの五目煮 豆腐のすまし汁 果物	ごはん 冬野菜マーボー ナムル 白菜スープ 果物
五分づき米 ひじき にんにく かつお節 ちくわ しょうゆ みりん 三温糖 ごま ぶり 食塩	ゆであん 鶏肉 だしこんぶ にんにく ごま たまねぎ しょうゆ みりん 片栗粉 だしじゃこ	五分づき米 木綿豆腐 合挽きミンチ たまねぎ しょうゆ トマト しめじ ほうれん草 ケチャップ ウスターソース しょうゆ みりん 三温糖 ごま油	ゆであん 焼きそば ソー ソース かつお節 たまねぎ しょうゆ にんにく	五分づき米 かぼちゃ じゃがいも たまねぎ しょうゆ みりん 小豆 小麦粉 パン粉 米油	五分づき米 ひじき さわら 白みそ 三温糖 みりん トマト	五分づき米 しょうが にんにく 片栗粉 ねぎ チンゲン菜 だしこんぶ にんにく しょうゆ ごま油 ごま油 米みそ しょうゆ 三温糖 酒
チーズ、かりんとう	手作りきなこもち	おかき、炒り大豆、小魚	クッキー	手作りさつまいももち	おせんべい、炒り大豆、小魚	ミニメロンパン

24日(木)	25日(金)	26日(土)	28日(月)	29~31日	☆12月の1日あたりの平均栄養価☆
野菜スティック	クラッカー	あられ	ウエハース	家庭保育	乳児 幼児
ごはん さばの揚げ煮 きゅうりの酢の物 さつまいものみそ汁 果物	クリスマス きらきらごはん タンダーチキン ツリーサラダ サンタのスープ プチゼリー	※給食は状況に応じて 提供します。	ツナカレー ※福神漬 切干大根のサラダ 果物	家庭保育	エネルギー 490kcal 580kcal たんぱく質 19.4g 22.7g 脂質 15.4g 16.6g カルシウム 299mg 313mg 鉄 2.3mg 2.9g 食物繊維 4.0g 5.1g 食塩 1.6g 1.9g
五分づき米 きゅうり にんにく もやし わかめ 酢 三温糖 しょうゆ ごま	五分づき米 ブロッコリー きゅうり にんにく 鶏肉 食塩 ヨーグルト ケチャップ にんにく	五分づき米 わかめ きゅうり もやし にんにく かつお節 しょうゆ 三温糖 ごま油	五分づき米 福神漬 ※ひよこ、 たまねぎ ももぐみは じやがいも つきません。 かぼちゃ にんにく グリンピース カレー スキムミルク 小麦粉 バター	家庭保育	※1日の必要栄養量の50%(乳児)、45%(幼児)を 目標としています。
バナナチップ、ブリッツ	手作りクリスマスケーキ	ビスケット	レーズン、スナック菓子	家庭保育	

