

令和5年度 12月

げんきごう

保育園



日	曜	献立名	ざいりょう			乳児のおやつ
			あか	みどり	き	午後のおやつ
1	金	麦ごはん 牛乳	牛乳		麦ごはん	ももゼリー
		肉じゃが	豚肉 揚げはんぺん	にんじん 玉ねぎ さやいんげん こんにゃく	じゃがいも 砂糖 菜種油	
		レバー入りごまつくね (年中から2個)	鶏肉 鶏レバー 大豆	玉ねぎ	ごま 砂糖 でんぷん 大豆油 パン粉	ビスケット
		ひじきの和え物	まぐろ ひじき	赤ピーマン キャベツ	ごま油 砂糖	
2	土	おにぎり			おにぎり	せんべい
		えんぴつソーセージ デザート	魚肉ソーセージ		デザート	焼き菓子
4	月	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	クラッカー
		のっぺい汁	鶏肉 油揚げ 豆腐	にんじん ねぎ えのきだけ	里芋 でんぷん	
		焼きさばのおろしかけ	さば	大根	砂糖 でんぷん	発酵乳(プレーン) あまからせんべい
		きんぴらごぼう	揚げはんぺん	にんじん さやいんげん ごぼう こんにゃく	砂糖	
5	火	麦ごはん 牛乳	牛乳		麦ごはん	ソフトあられ
		カレーライス	豚肉	にんじん 玉ねぎ にんにく しょうが りんご	じゃがいも 砂糖 菜種油 小麦粉	
		大豆ナゲット	鶏肉 大豆	にんじん	菜種油 でんぷん 砂糖	こめ粉豆乳プリンタルト
		ダイコンサラダ	まぐろ	大根 切り干し大根 きゅうり とうもろこし		
6	水	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	野菜ビスケット
		サムゲタンスープ	鶏肉	玉ねぎ 白菜 ねぎ チンゲン菜 しょうが	でんぷん	
		ピビンバの具(肉)	豚肉 大豆 みそ	たけのこ にんにく	砂糖 菜種油	青のりせんべい パイ菓子
		ピビンバの具(野菜)		小松菜 にんじん もやし	砂糖 ごま ごま油	
		味付乾燥豆腐	豆腐 きな粉		砂糖 小麦粉 植物油	
7	木	小型ロールパン 牛乳	牛乳		パン	むらさきいもせんべい
		焼きそば	豚肉 いか 青のり 揚げはんぺん	にんじん 小松菜 キャベツ	めん 菜種油	
		れんこんサンドフライ	鶏肉	玉ねぎ れんこん しいたけ	パン粉 でんぷん 小麦粉 菜種油	プレッツェル
		フルーツのヨーグルト和え	ヨーグルト	黄桃 バイン ナタデココ	砂糖	
8	金	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	こめ粉クッキー
		呉汁	豚肉 豆腐 大豆	ごぼう 大根 ねぎ こんにゃく		
		鶏肉の照り焼き	鶏肉		砂糖 でんぷん	マスカットゼリー
		白菜のおかか煮	油揚げ かつお節	白菜 しめじ	砂糖	
9	土	おにぎり			おにぎり	焼き菓子
		えんぴつソーセージ デザート	魚肉ソーセージ		デザート	せんべい
11	月	わかめごはん 牛乳	牛乳		わかめごはん	ぶどうゼリー
		玉ふ汁	豆腐 かまぼこ	玉ねぎ ねぎ えのきだけ	玉ふ	
		ほきフライのレモン風味	ほき	レモン	パン粉 菜種油 砂糖 米粉 小麦粉	揚げせんべい
		小松菜の大豆和え	鶏肉 大豆	小松菜 にんじん キャベツ	砂糖	
12	火	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	米菓子
		みそおでん	豚肉 生揚げ こんぶ みそ とうもろこし 揚げはんぺん	にんじん 大根 こんにゃく	砂糖	
		豆腐団子(年中から2個)	鶏肉 豆腐 ひじき	にんじん 玉ねぎ ごぼう ねぎ	でんぷん パン粉 菜種油 砂糖	おやつ昆布 クリームビスケット
		みかん		みかん		
13	水	うどん 牛乳	牛乳		うどん	かぼちゃボーロ
		きつね汁	鶏肉 油揚げ	にんじん ねぎ 白菜 しいたけ	砂糖 でんぷん	
		まぐろのオーロラ揚げ	まぐろ		砂糖 でんぷん 菜種油 米粉	野菜ジュース 塩せんべい
		切り干し大根のごま酢和え	ハム	切り干し大根 にんじん きゅうり	ごま 砂糖	

14日(木)から裏面になります。

14	木	麦ごはん	牛乳	牛乳	麦ごはん	三角せんべい (しょうゆ)	
		ハヤシライス		豚肉 にんじん 玉ねぎ グリンピース セロリ トマト エリンギ にんにく	ルウ 菜種油 砂糖		
		ジャーマンポテト		ベーコン	じゃがいも 菜種油		
		豆まめサラダ		まぐろ 大豆	ごまドレッシング		
15	金	ごはん	牛乳	牛乳	ごはん	クラッカー	
		たまごスープ		卵 豆腐	にんじん 玉ねぎ 白菜 えのきだけ		でんぷん
		焼きぎょうざの酢しょうゆかけ(2個)		豚肉	にら キャベツ 玉ねぎ	パン粉 でんぷん 小麦粉	ヨーグルト
		ビーフン炒め		まぐろ	キャベツ もやし しょうが	ビーフン 砂糖 ごま油	
16	土	おにぎり			おにぎり	せんべい	
		えんぴつソーセージ	デザート	魚肉ソーセージ		デザート	焼き菓子
18	月	ごはん	牛乳	牛乳	ごはん	星型せんべい	
		ひきずり		鶏肉 焼き豆腐 かまぼこ	にんじん 玉ねぎ 白菜 えのきだけ ねぎ ごんにゃく		砂糖
		いわしの梅しょうゆ煮		いわし	赤しそ 梅肉	砂糖 でんぷん	ラスク
		スライスパン			パン	砂糖	
19	火	麦ごはん	牛乳	牛乳	麦ごはん	プリン	
		マーボ豆腐		豚肉 豆腐 みそ	にんじん 玉ねぎ ねぎ にんにく しょうが		砂糖 ごま油 でんぷん
		えびしゅうまいの甘酢あんかけ(2個)		えび たら	玉ねぎ	砂糖 でんぷん 小麦粉 植物油	野菜せんべい
		春雨の中華和え		まぐろ	キャベツ きゅうり もやし とうもろこし にんにく	春雨 ごま ごま油 砂糖	
20	水	クロワッサン	牛乳	牛乳	クロワッサン	メープルビスケット	
		かぼちゃのクリームスープ		鶏肉 牛乳 チーズ 生クリーム	かぼちゃ にんじん 玉ねぎ パセリ		小麦粉 バター 菜種油
		ウインナーのトマトソースかけ		ウインナー	トマト	砂糖	お誕生日デザート
		ごぼうサラダ		まぐろ	ごぼう キャベツ 枝豆 きゅうり	ドレッシング	
21	木	ごはん	牛乳	牛乳	ごはん	さかなせんべい	
		豚汁		豚肉 豆腐 みそ 油揚げ	にんじん 大根 ごぼう ねぎ えのきだけ ごんにゃく		
		もみの木ハンバーグのたれかけ		鶏肉 豚肉 大豆	玉ねぎ	砂糖 でんぷん	おからかりんとう
		卵の花の炒り煮		おから ちくわ	にんじん 枝豆	砂糖 菜種油	
		★いちごデザート		豆乳	いちご	砂糖	
22	金	ごはん	牛乳	牛乳	ごはん	きな粉ウエハース	
		関東煮		鶏肉 生揚げ 揚げはんぺん	大根 にんじん ごんにゃく		砂糖
		おにまんじゅう				さつまいも 小麦粉 白玉粉 砂糖	発酵乳(マスカット) サラダせんべい
		もやしのごま和え		まぐろ	にんじん もやし 小松菜	ごま 砂糖	
23	土	おにぎり			おにぎり	焼き菓子	
		えんぴつソーセージ	デザート	魚肉ソーセージ		デザート	せんべい
25	月	ごはん	牛乳	牛乳	ごはん	ヨーグルト	
		ワンタンスープ		豚肉	にんじん 玉ねぎ 白菜 チンゲン菜 しょうが		ワンタン
		揚げ鶏のねぎソース		鶏肉	ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん 菜種油	こめ粉ガトーショコラ
		杏仁フルーツ		豆乳	黄桃 パイン	砂糖	
26	火	おにぎり			おにぎり	ソフトあられ	
		えんぴつソーセージ	ぶどうゼリー	魚肉ソーセージ		ぶどうゼリー	ビスケット
27	水	おにぎり			おにぎり	クリームクラッカー	
		チーズかまぼこ	みかんゼリー	チーズかまぼこ		みかんゼリー	しょうゆせんべい
28	木	おにぎり			おにぎり	かぼちゃボーロ	
		えんぴつソーセージ	ぶどうゼリー	魚肉ソーセージ		ぶどうゼリー	プレッツェル

☆すべての食材を表記しているものではなく、加工食品については主な原料(1%以上)を表記しています。

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。

☆令和3年9月よりアレルギー対応除去食(卵・乳)を提供しています。

＜今月の阿久比町産の野菜＞



小松菜



キャベツ



白菜



## AGUMOGU (あぐもぐ) 給食レシピ50ができました!!

阿久比町のホームページに、人気献立やおすすすめ献立のレシピを50種類掲載しています。  
今月の給食では、19品の献立の掲載があります♪  
ぜひ参考にしてください。

あぐもぐ給食レシピ50

検索

献立や食に関するお問い合わせ等は給食センターへご連絡ください。 阿久比町立学校給食センターAGUMOGU(あぐもぐ) TEL48-5111 FAX48-5114

※令和5年4月から令和6年3月までの間、物価高騰に対応するため、町が食材価格高騰相当分を負担しています。