

山手幼稚園 2023年 12月 給食便り

朝・夕の空気もすっかりと冷え、
寒さの厳しい季節となりました。



気温差も激しく、体調を崩しやすくなる季節ですが、
いっぱい食べて、元気いっぱいに遊んで、
過ごしましょう♪



<献立表>



	月	火	水	木	金
昼食					■ツナチャーハン 米 にんじん さやいんげん ツナ缶 だいず華粒状 鶏がらスープ 濃口しょうゆ キャノーラ油 しお こしょう ■ミートボール ★ミートボール ■ソース ケチャップ ★中濃ソース さとう かたくり粉 ■添え フロッコリー 濃口しょうゆ さとう ■さやべつのごまだレサラダ きゅうり 赤パプリカ 濃口しょうゆ さとう 白ごま ねりごま ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ かぼちゃ なめこ 混合削りぶし みそ
アレルギー対応					魚類) ツナ缶は入れない 大豆) だいず華粒状は入れない (じゃがいも) コーンスターチに変更 ごま) 白ごま・ねりごまは入れない かぼちゃ) かぼちゃは入れない きのこ) なめこは入れない
3時					■マーボーまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー どうしゅう キャノーラ油 豚ひき肉 たまねぎ にんじん にら にんにく しょうが こしょう 赤だしみそ みそ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ かたくり粉 大豆) 水に変更 (じゃがいも) おにぎりに変更
					1杯分 - 465kcal 蛋白質 17.6g 脂質 15g 加糖油 149mg 鉄 6.3mg 食塩 2.2g

献立のマークについて

★：アレルギー対応用の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。
※その他のアレルギーに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルギーフリーカレーウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ポークウインナー …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚ロースハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・ハムステーキ …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・パイオン …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・さつまあげ、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます。

☆：たまご・乳を使用していません。

・豚しゅうまい …… 原材料の一部に小麦・豚肉を含みます。

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー

アレルギー対応表示食品

たまご、乳、小麦、きのこ(全て)、こんにゃく
生トマト、トマト缶、バナナ、きゅうり、大豆
魚類(全て)、甲殻類(ちりめん含む)、かぼちゃ
ごま(ごま油はOK)、じゃがいも(片栗粉を含む)
オレンジ(みかんを含む)





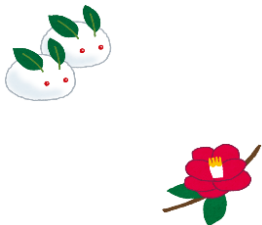
	月 4	火 5	水 6	木 7	金 8
昼食	■ごはん 米 ■とり肉のなんばん◆ とり肉 りょうり酒 しお かたくり粉 キャノーラ油 ■南蛮ダレ◆ たまねぎ にんじん きぬさや さとう 穀物酢 濃口しょうゆ ■おくらのおかか和え おくら 赤ハブリカ かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■ピーチゼリー カブ・ペリーの素(ピーチ) ■だいにんのみそ汁 だいにん しめじ みずな 混合割りぶし みそ	■ごはん 米 ■ぶた肉の塩ダレ炒め ぶた肉 はくさい たまねぎ にんじん ピーマン りょうり酒 鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう にんにく しょうが こしょう しお キャノーラ油 ■フライドポテト ポテト しお パセリ缶 大豆白絞油 16.5kg ■ほうれん草の和え物 ほうれんそう 黄ハブリカ ★ちくわ 濃口しょうゆ さとう ■とうふのみそ汁 木綿とうふ えのき カットわかめ 混合割りぶし みそ	■カレーライス 米 ぶた肉 じゃがいも たまねぎ にんじん だいず単粒状 キャノーラ油 しょうが にんにく とろけるカレールの ■きゅうりの昆布和え きゅうり 赤ハブリカ さとう 濃口しょうゆ 塩こんぶ ■フルーツ(バナナ) バナナ	■*おたんじょう会* ■ごはん 米 ■白身魚のつけ焼き ホキ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ★和風だし顆粒 かたくり粉 ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん コーン 濃口しょうゆ さとう ■いちごゼリー カブ・ペリーの素(いちご) ■きゅうのみそ汁 きゅう なめこ	■中華おこわ 米 モチ米 とり肉 あぶらあげ にんじん きぬさや しいたけ 鶏がらスープ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ キャノーラ油 ■しゅうまい ☆夕巻しゅうまい ■しょうゆダレ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ さとう かたくり粉 水 ■鶏羹◆ さいやいげん 濃口しょうゆ さとう しお ■こまつなごま和え こまつな 黄ハブリカ 白ごま ごま油 さとう 濃口しょうゆ ■中華スープ もやし ★さつまあげ しら しょうが 鶏がらスープ 濃口しょうゆ ごま油
アレルギ-対応	じゃがいも) かたくり粉は入れない 魚類) かつおぶしは入れない きのこ) しめじは入れない	じゃがいも) ミニゼリーに変更 魚類) ちくわは入れない 大豆) 木綿豆腐は入れない きのこ) えのきは入れない	じゃがいも) じゃがいもは入れない 大豆) 大豆単粒状は入れない 小麦・じゃがいも) 米粉のカレールウに変更 きゅうり) きゅうりに変更 バナナ) ミニゼリーに変更	魚類) 鶏肉に変更 じゃがいも) かたくり粉は入れない きのこ) なめこは入れない	大豆) あぶらあげは入れない きのこ) しめじは入れない 小麦) ミートボールに変更 じゃがいも) コーンスターチに変更 ごま) 白ごまは入れない 魚類) さつまあげは入れない
3時	■じゃがいものマヨコーン焼き じゃがいも コーン ★卵不使用マヨネーズ かたくり粉 ★ブイヨン パセリ缶	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり	■シュガーポテト さつまいも マーガリン さとう みりん風 しお	■米粉のにんじんケーキ にんじん こめ粉 コーンスターチ とろにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	■あんまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とろにゅう キャノーラ油 こしあん
	じゃがいも) おにぎりに変更	アレルギ-対応はありません	アレルギ-対応はありません	大豆) 水に変更	大豆) 水に変更
	1杯 - 411kcal 蛋白質 15.1g 脂質 12.4g 加糖 47mg 鉄 1.2mg 食塩 1g	1杯 - 472kcal 蛋白質 16.6g 脂質 9.6g 加糖 79mg 鉄 2.2mg 食塩 1.2g	1杯 - 462kcal 蛋白質 13.8g 脂質 14g 加糖 74mg 鉄 1.9mg 食塩 1.2g	1杯 - 359kcal 蛋白質 16.1g 脂質 2.6g 加糖 60mg 鉄 1.1mg 食塩 1.6g	1杯 - 420kcal 蛋白質 14.8g 脂質 12.2g 加糖 119mg 鉄 2mg 食塩 1.7g

	11	12	13	14	15
昼食	■ハヤシライス 米 ぶた肉 ぎゅうにく たまねぎ にんじん だいず単粒状 ★中濃ソース クチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン ハヤシルウ ★ブイヨン ■おくら和え物 おくら コーン えのき さとう 濃口しょうゆ ■みかん燗茶 みかん缶 かんてん さとう カブ・ペリーの素(みかん)	■ごはん 米 ■さばの塩焼き さば りょうり酒 しお ■大豆とひじきの煮物 だいず水烹 しょうが にんにく きぬさや だしパック さとう 濃口しょうゆ ■きゅうりのツナサラダ きゅうり ツナ缶 黄ハブリカ さとう 濃口しょうゆ ■だいにんのみそ汁 だいにん ごぼう 豆腐 混合割りぶし みそ	■ごはん 米 ■マーボーはるさめ はるさめ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいず単粒状 しょうが キャノーラ油 こしょう 赤だしみそ みそ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 青ねぎ ■きゅうのみそ汁 きゅう コーン 濃口しょうゆ さとう 白ごま ねりごま ■あおりんごゼリー カブ・ペリーの素(青りんご) ■中華スープ はくさい しめじ しら しょうが 鶏がらスープ 濃口しょうゆ ごま油	■*クリスマス会* ■クリスマスリースピラフ 米 ★ボークウィンナー たまねぎ だいず単粒状 濃口しょうゆ しお マーガリン キャノーラ油 ★ブイヨン こしょう ■星型にんじん にんじん ■とり肉のからあげ とり肉 しお こしょう さとう 濃口しょうゆ 鶏がらスープ しょうが にんにく かたくり粉 大豆白絞油 16.5kg ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー 赤ハブリカ 濃口しょうゆ さとう ■ミニゼリー ミニゼリー ■コンソメスープ ■じゃがいも にんじん さいやいげん ★ブイヨン さとう 濃口しょうゆ ラード	■ごはん 米 ■とうふハンバーグ ★とうふハンバーグ ■ソース クチャップ ★中濃ソース さとう かたくり粉 ■ほうれん草のソテー ほうれんそう にんじん コーン しお こしょう キャノーラ油 ■ぶどうゼリー カブ・ペリーの素(ぶどう) ■もやしのみそ汁 もやし あぶらあげ カットわかめ 混合割りぶし みそ
アレルギ-対応	大豆) 大豆単粒状は入れない 小麦) 米粉のハヤシルウに変更 きのこ) えのきは入れない オレンジ) ミニゼリーに変更	魚類) 鶏肉に変更 大豆) 大豆水烹は入れない きゅうり) きゅうりに変更 魚類) ツナ缶は入れない	じゃがいも) ナスに変更 大豆) 大豆単粒状は入れない じゃがいも) コーンスターチに変更 ごま) 白ごま・ねりごまは入れない きのこ) しめじは入れない	大豆) 大豆単粒状は入れない じゃがいも) 米粉パウダーに変更 じゃがいも) じゃがいもは入れない	大豆) じゃがいものおやきに変更 じゃがいも) コーンスターチに変更 大豆) あぶらあげは入れない
3時	■じゃがいものおやき じゃがいも 豚ひき肉 かたくり粉 ★ブイヨン	■わかめおにぎり 米 わかめご飯の素	■スイートポテト さつまいも さとう とろにゅう マーガリン マーマレード	■米粉のいちごケーキ いちごジャム こめ粉 さとう コーンスターチ とろにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	■でりやきまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とろにゅう キャノーラ油 とり肉 りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 かたくり粉
アレルギ-対応	じゃがいも) おにぎりに変更	アレルギ-対応はありません	大豆) 水に変更	大豆) 水に変更	大豆) 水に変更 じゃがいも) おにぎりに変更
	1杯 - 454kcal 蛋白質 14.3g 脂質 14.4g 加糖 73mg 鉄 1.6mg 食塩 1.5g	1杯 - 522kcal 蛋白質 18.2g 脂質 16.3g 加糖 51mg 鉄 1.9mg 食塩 1.3g	1杯 - 437kcal 蛋白質 11.8g 脂質 9.4g 加糖 102mg 鉄 1.8mg 食塩 1g	1杯 - 510kcal 蛋白質 16.7g 脂質 15.5g 加糖 93mg 鉄 1.6mg 食塩 1.7g	1杯 - 482kcal 蛋白質 16.1g 脂質 12.6g 加糖 90mg 鉄 2.2mg 食塩 1.6g





	月 18	火 19	水 20	木 21	金 22
	■ケチャップライス 米 ミックスベジタブル 豚ひき肉 にんにく だいず華粒状 マーガリン しお 淡口しょうゆ ★フイヨン ケチャップ ■スパゲティサラダ◆ スパゲティ ハムステーキ きゅうり ★卵不使用マヨネーズ しお こしょう ■オレンジゼリー みかん かんてん さとう ■キャベツのスープ きゃべつ にんじん さやいんげん ★フイヨン さとう 淡口しょうゆ ラード	■ごはん 米 ■コンフレックチキン とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう コンフレック ■とうや豆腐の煮物 高野とうふ たまねぎ にんじん しいたけ だしパック さとう 淡口しょうゆ グリーンピース ■こまつなのおかか和え こまつな 赤パプリカ かつおぶし さとう 淡口しょうゆ ■じゃがいものみそ汁 じゃがいも なめこ カットわかめ 混合削りぶし みそ	■＊経典式＊ ■（預かり保育） ■ごはん 米 ■ぶた肉とあつあげの煮物 あつあげ ぶたにく たまねぎ にんじん えだまめ キャノーラ油 だしパック さとう 淡口しょうゆ ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 ★さつまあげ コーン 淡口しょうゆ さとう ■マスカットゼリー カブタリノ素（マスカット） ■はくさいのみそ汁 はくさい えのき 豆腐 混合削りぶし みそ	■（預かり保育） ■ごはん 米 ■白身魚のバター醤油風 ホキ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ■ソース 淡口しょうゆ マーガリン さとう かたくり粉 ■こんにゃくの炒め煮 つきコンニャク こぼろ ぎょうにく にんじん キャノーラ油 だしパック さとう 濃口しょうゆ ■もやしとの和え物 もやし ★ちくわ 赤パプリカ きぬさや さとう 淡口しょうゆ ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ あぶらあげ みずな 混合削りぶし みそ	■（預かり保育） ■ごはん 米 ■ぶた肉の中華炒め ぶたにく きゃべつ たまねぎ にんじん ピーマン しょうが キャノーラ油 鶏がらスープ 淡口しょうゆ りょうり酒 こしょう かたくり粉 ■おくら昆布和え おくら コーン 塩こんぶ さとう 淡口しょうゆ ■ピーチゼリー カブタリノ素（ピチ） ■かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ しめじ うずき蒟蒻 混合削りぶし みそ
アレルギー対応	大豆）大豆華粒状は入れない 小麦）はるさめに変更 オレンジ）ミニゼリーに変更 きゅうり）きゅうりは入れない	大豆）大根に変更 きのこ）しいたけは入れない 魚類）かつおぶしは入れない じゃがいも）じゃがいもは入れない きのこ）なめこは入れない	大豆）大根に変更・えだまめは入れない 魚類）さつまあげは入れない きのこ）えのきは入れない	魚類）鶏肉に変更 じゃがいも）かたくり粉は入れない こんにゃく）つきコンニャクは入れない 魚類）ちくわは入れない 大豆）あぶらあげは入れない	じゃがいも）かたくり粉は入れない かぼちゃ）かぼちゃは入れない きのこ）大根に変更 小麦）うずき蒟蒻は入れない
3時	■ かぼちゃのツナおやき かぼちゃ ツナ缶 ★卵不使用マヨネーズ かたくり粉 ★フイヨン パセリ缶	■ 菜めしおにぎり 米 菜めし	■ 芽ようかん さつまいも さとう かんてん	■ どうふ入り抹茶の米粉ケーキ 本綿どうふ こめ粉 かたくり粉 ベーキングパウダー 抹茶缶 キャノーラ油 さとう	■ カレーまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とうにゅう キャノーラ油 豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ★フイヨン さとう ★丸餅 ソリ-カレールウ
アレルギー対応	かぼちゃ）ミニゼリーに変更 魚類）ツナ缶は入れない じゃがいも）おにぎりに変更	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	大豆）ミニゼリーに変更 じゃがいも）おにぎりに変更	大豆）水に変更 じゃがいも）おにぎりに変更
	1人分 - 422kcal 蛋白質 15.3g 脂質 13.8g 加糖 64mg 鉄 1.7mg 食塩 2.4g	1人分 - 511kcal 蛋白質 20.7g 脂質 10.8g 加糖 103mg 鉄 2.5mg 食塩 1.4g	1人分 - 426kcal 蛋白質 15.3g 脂質 9.3g 加糖 131mg 鉄 2.3mg 食塩 1.3g	1人分 - 365kcal 蛋白質 17.6g 脂質 6.7g 加糖 85mg 鉄 1.6mg 食塩 1.5g	1人分 - 479kcal 蛋白質 15.2g 脂質 11.2g 加糖 85mg 鉄 1.8mg 食塩 1.6g

	25	26	27	28	
	■（預かり保育） ■ごはん 米 ■ミートローフ 豚ひき肉 鶏ひき肉 たまねぎ ミックスベジタブル ★フイヨン ケチャップ ★中濃ソース さとう キャノーラ油 しお こしょう ■ソース ケチャップ ★中濃ソース さとう かたくり粉 ■マカロニサラダ マカロニ さやいんげん 赤パプリカ マーガリン ★卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう ★フイヨン ■あおりんごゼリー カブタリノ素（青りんご） ■コンソメスープ たまねぎ マーガリン コーン 高野とうふ ★フイヨン コーン缶 とうにゅう さとう かたくり粉 パセリ缶	■（預かり保育） ■ごはん 米 ■ぶた肉とだいこんの煮物 ぶたにく だいこん たまねぎ にんじん あぶらあげ えだまめ キャノーラ油 鶏がらスープ しょうが りょうり酒 淡口しょうゆ さとう かたくり粉 ■スマイルポテト ポテト 大豆白絞油 16.5kg ケチャップ ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 黄パプリカ かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■もやしのみそ汁 もやし ★さつまあげ みずな 混合削りぶし みそ	■（預かり保育） ■ごはん 米 ■さけの西京焼き 鰯サケ りょうり酒 しょうが さとう 濃口しょうゆ 甘みそ ■がんもどき にんじん こまつな だしパック さとう みりん風 淡口しょうゆ ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 えのき コーン 淡口しょうゆ さとう ■すまし汁 あつあげ かぼちゃ うずき蒟蒻 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ	■（預かり保育） ■カレーライス 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん だいず華粒状 キャノーラ油 ★フイヨン さとう しょうが にんにく とろけるカレールウ ■きゅうりの和え物 きゅうり ★ちくわ 赤パプリカ さとう 淡口しょうゆ ■いちごゼン ストロベリー カブタリノ素（いちご） かんてん さとう	
アレルギー対応	じゃがいも）コーンスターチに変更 小麦）はるさめに変更 大豆）高野豆腐は入れない・水に変更 じゃがいも）コーンスターチに変更	大豆）あぶらあげ・えだまめは入れない じゃがいも）かたくり粉は入れない じゃがいも）ミニゼリーに変更 魚類）かつおぶしは入れない 魚類）さつまあげは入れない	魚類）鶏肉に変更 大豆・ごま）大根に変更 きのこ）えのきは入れない 大豆）大根に変更 かぼちゃ）かぼちゃは入れない 小麦）うずき蒟蒻は入れない	じゃがいも）じゃがいもは入れない 大豆）大豆華粒状は入れない 小麦・じゃがいも）米粉のカレールウに変更 きゅうり）きゃべつに変更 魚類）ちくわは入れない	
3時	■ じゃがいものツナおやき じゃがいも ツナ缶 ★卵不使用マヨネーズ かたくり粉 ★フイヨン パセリ缶	■ こんぶおにぎり 米 塩こんぶ	■ 大芋いも さつまいも キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう かたくり粉 黒ごま	■ 米粉のバナナケーキ バナナ こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	
アレルギー対応	じゃがいも）おにぎりに変更 魚類）ツナ缶は入れない	アレルギー対応はありません。	じゃがいも）おにぎりに変更 ごま）黒ごまは入れない	バナナ）バナナは入れない 大豆）水に変更	
	1人分 - 502kcal 蛋白質 17.3g 脂質 13.1g 加糖 45mg 鉄 1.6mg 食塩 1.3g	1人分 - 511kcal 蛋白質 17.7g 脂質 11.7g 加糖 64mg 鉄 2.1mg 食塩 1.5g	1人分 - 423kcal 蛋白質 18.1g 脂質 12g 加糖 149mg 鉄 2.3mg 食塩 1.3g	1人分 - 503kcal 蛋白質 15.3g 脂質 11.6g 加糖 84mg 鉄 1.7mg 食塩 1.4g	

