

令和7年12月

## 予定献立表

		共通献立・おやつ	未満児主食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	からだの調子を整えるもの
1 月		野菜汁 ほっけの塩焼き ひじきの煮物 パイナップル 牛乳 クレープ	ごはん	米 油 砂糖 油 クレープシート	味噌 ほっけ ひじき さつま揚げ 牛乳 ホイップ	白菜 人参 玉ねぎ 椎茸 ねぎ 人参 パイナップル バナナ
		そぼろ丼 じゃが芋の味噌汁 きゅうりのごま酢和え オレンジ 牛乳 レーズン お菓子		米 砂糖 油 じゃが芋 砂糖 ごま油 ごま お菓子	豚・鶏ひき肉 卵 味噌 ちくわ 牛乳	生姜 ほうれん草 玉ねぎ きゅうり 人参 オレンジ レーズン
		スパゲティミートソース わかめスープ コールスローサラダ りんご 牛乳 シュガーバタートースト		スパゲティ わかめ コールスロードレッシング 食パン バター 砂糖	豚・鶏ひき肉 大豆 わかめ きやべつ コーン きゅうり りんご 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマントマト缶 ねぎ 小松菜 もやし なめ茸 みかん
		けんちん汁 さばの味噌煮 小松菜のなめ茸和え みかん 牛乳 お菓子		米 砂糖 お菓子	豆腐 油揚げ さば 味噌 牛乳	大根 人参 ごぼう ねぎ 生姜 小松菜 もやし なめ茸 みかん
		中華風コーンスープ レバーのケチャップ和え 野菜の塩昆布和え バナナ 牛乳 カルピスゼリー		米 ごま油 片栗粉 片栗粉 油 砂糖 塩昆布 牛乳 カルピス ゼラチン	豆腐 卵 豚レバー 塩昆布 牛乳 カルピス ゼラチン	コーン ねぎ 生姜 大根 人参 きゅうり バナナ
6 土		白菜の味噌汁 鶏肉のママレード焼き レタスとコーンのサラダ キウイ 牛乳 お菓子	ごはん	米 油 和風正油ごまドレッシング お菓子	味噌 鶏肉 魚肉ソーセージ 牛乳	白菜 しめじ ママレード レタス コーン きゅうり キウイ
		7 日				
		大根の味噌汁 豚肉の生姜焼き プロッコリーのポン酢和え バナナ 牛乳 きな粉ドーナツ		米 油 削り節 ホットケーキMix 油 砂糖	わかめ 味噌 豚肉 削り節 牛乳 豆腐 きな粉	大根 玉ねぎ 生姜 プロッコリー もやし バナナ
		9 火		米 油 砂糖 カステラ	生揚げ 味噌 赤魚 さつま揚げ 牛乳	ほうれん草 えのき レモン汁 ごぼう れんこん 人参 白滝 パイナップル
		10 水		クロワッサン 油 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 ハム ヨーグルト	かぼちゃ コーン 玉ねぎ 人参 生姜 きやべつ きゅうり みかん 白桃・みかん・パイン缶 バナナ
11 木		照り焼き丼 ふの味噌汁 小松菜とひじきの和え物 りんご 牛乳 小魚 お菓子	照り焼き丼	米 砂糖 片栗粉 麩 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 すりごま お菓子	鶏肉 のり 味噌 ひじき ハム 牛乳 小魚	赤ピーマン エリンギ 玉ねぎ 生姜 ねぎ 小松菜 りんご
		12 金		ラーメン しゅうまい 削り節 さつま芋	豚・鶏ひき肉 なると 味噌 しゅうまい 削り節 牛乳	もやし 人参 玉ねぎ ピーマン ねぎ 生姜 白菜 水菜 オレンジ
		13 土		ごはん 砂糖 砂糖 ごま油 ごま お菓子	味噌 高野豆腐 豚肉 卵 ツナ 牛乳	なめこ 大根 ねぎ 人参 ごぼう れんこん きゅうり 人参 もやし バナナ
		14 日				
		15 月		米 片栗粉 砂糖 油 減塩ごまドレッシング ホットケーキMix 黒砂糖 油	油揚げ 味噌 豆腐 ひじき しらす 鶏ひき肉 ハム 牛乳 脱脂粉乳	玉ねぎ しめじ ごぼう 人参 水菜 りんご

	共通献立・おやつ	未満児主食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	からだの調子を整えるもの
16 火	がごめ昆布のすまし汁 鶏のごま味噌焼き レタスの和風サラダ パイナップル 牛乳 お菓子	ごはん	米 片栗粉 すりごま 砂糖 油 砂糖 ごま お菓子	がごめ昆布 卵 鶏肉 味噌 ちくわ 味噌 牛乳	ねぎ レタス きゅうり パイナップル
17 水	チキンと玉ねぎのスープ エビカツ ポテトサラダ みかん 牛乳 豆乳プリン	バターロール	バターロール ごま油 油 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	鶏肉 エビカツ ハム	玉ねぎ 水菜 人参 きゅうり みかん 牛乳 豆乳 プリン
18 木	さつま汁 かれいの煮つけ チンゲン菜の納豆和え ヨーグルト 牛乳 お菓子 おやつ昆布(以上児)	ごはん	米 さつま芋 砂糖 納豆 お菓子	豚肉 豆腐 味噌 かれい ヨーグルト 牛乳 おやつ昆布(以上児)	人参 大根 白滝 ねぎ 生姜 チンゲン菜 もやし
19 金	なめこうどん 大豆のかき揚げ 野菜の浅漬け バナナ お茶 きつねおにぎり	なめこうどん	うどん 小麦粉 油 米 砂糖 ごま	鶏肉 なると 大豆 しらす 青のり 小揚げ	なめこ 干椎茸 ねぎ 玉ねぎ きやべつ きゅうり 人参 バナナ
20 土	野菜スープ ワインナー ブロッコリーソテー オレンジ 牛乳 お菓子	ごはん	米 油 油 お菓子	ウインナー ツナ 牛乳	ピーマン 玉ねぎ 人参 ブロッコリー しめじ オレンジ
21 日					
22 月	八杯汁 鮭のマヨネーズ焼き 切干大根の炒め煮 パイナップル 牛乳 かぼちゃのいとこ煮	ごはん	米 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 油 小豆 砂糖	豆腐 鮭 さつま揚げ 牛乳	ねぎ 生姜 干椎茸 粉パセリ 切干大根 人参 パイナップル かぼちゃ
23 水	焼きそば 卵スープ チョレギサラダ バナナ 牛乳 クリームたい焼き	焼きそば	蒸しラーメン 油 ごま油 クリームたい焼き	豚肉 青のり 卵 のり 牛乳	きやべつ 人参 ピーマン 玉ねぎ 水菜 レタス きゅうり バナナ
★ 24 木	カレーライス もやしスープ もみのきハンバーグ ほうれん草ナムル クラッシュゼリー ジョア お菓子	カレーライス	米 じゃが芋 バター 小麦粉 カレールウ ごま油 油 ごま油 ごま お菓子	豚肉 牛乳 脱脂粉乳 ハンバーグ ゼリー ジョア	人参 玉ねぎ もやし コーン ほうれん草 人参 ゼリー
25 木	根菜汁 鶏のさっぱり煮 小松菜のごま和え キウイ 牛乳 お菓子	ごはん	米 砂糖 すりごま 砂糖 お菓子	油揚げ 味噌 鶏肉 牛乳	大根 人参 ごぼう ねぎ 小松菜 もやし キウイ
26 金	きやべつの味噌汁 カニ風味卵焼き 大根の和え物 りんご 牛乳 お菓子	ごはん	米 砂糖 片栗粉 かにかま 卵 削り節 お菓子	生揚げ 味噌 かにかま 卵 豚肉 牛乳	きやべつ 干椎茸 ねぎ 大根 人参 きゅうり りんご
27 土	わかめの味噌汁 和風包み焼き 春雨炒め みかん 牛乳 お菓子	ごはん	米 和風包み焼き 春雨 ごま油 ごま 砂糖 油 お菓子	わかめ 高野豆腐 味噌 豚肉 牛乳	ねぎ 人参 玉ねぎ ピーマン みかん
28 日					
29 月				休園	
30 火				休園	
31 水				休園	

★印の日は園で主食を用意しますのでお弁当はいりません。

※都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。