

## 12月献立表

[未満児]

令和7年 12月

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	8(月)
9時	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝) かえりちりめん	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝) かえりちりめん
昼食	ドライカレー 米 米粒麦 あいびき たまねぎ にんじん スイートコーン だいす カレールウ ウスターーソース こしょう なたね油 干しうど グリンピース コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ 桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	麦ご飯 米 米粒麦 豆腐入り松風焼き 鶏ももひき肉 ソフト豆腐 根深ねぎ たまねぎ 青ピー・マン パン粉 普通牛乳 鶏卵 車糖 赤だしみそ ごま キャベツとペーコンのソテー キャベツ スイートコーン ペーコン 食塩 こしょう なたね油 かき玉汁・ 鶏卵 ほうれんそう 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 かたくり粉 混合だし	麦ご飯 米 米粒麦 チーズオムレツ 鶏卵 ピザチーズ 根深ねぎ たまねぎ 青ピー・マン パン粉 普通牛乳 トマト 普通牛乳 車糖 なたね油 食塩 鶏と野菜の胡麻サラダ ブロッコリー キャベツ ささ身 にんじん 胡麻ドレッシング コンソメスープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ コンソメ 食塩	麦ご飯 米 米粒麦 竹輪とワインナーの天ぷら 煮込み竹輪 ポールワインナー プレミックス粉 なたね油 ほうれん草と白菜のポン酢和え ほうれんそう はくさい えのきたけ ゆずポン みそ汁・ 大根 カットわかめ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし	★ お餅つき ★ 麦ご飯 米 米粒麦 さわらの幽庵焼き さわら こいくちしょうゆ 本みりん 清酒 ゆず 切干大根煮 切干したいこん にんじん 油揚げ さやいんげん 車糖 こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし	えびピラフ 米 しばえび たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム水煮缶詰 調合油 食塩 こしょう コソメ コンソメスープ・ はくさい 皮つきワインナー ぶなしめじ コンソメ 食塩 カップゼリー ゼリー マカロニサラダ マカロニ・スペゲッティ たまねぎ にんじん きゅうり スイートコーン マヨネーズ みかんヨーグルト みかん缶詰 ヨーグルト	ロールパン ロールパン ポークピーンズ だいす水煮 皮つきワインナー じやがいも たまねぎ にんじん トマト缶詰 ケチャップ 食塩 こしょう 車糖 ぶなしめじ ウスターーソース パセリ にんにくおろし コンソメ
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 セサミーストースト 食パン マーガリン グラニュー糖 ごま ココナッツクッキー マーガリン 和三盆糖 鶏卵 アーモンド ベーキングパウダー バニラオイル ココナッツパウダー こむぎ	牛乳おやつ 普通牛乳 蒸しパン(りんご) こむぎ ベーキングパウダー 車糖 水 なたね油 りんごジャム	麦茶 麦茶 やみつきおにぎり 米 かつお削り節 塩昆布 葉ねぎ ごま ごま油 おやついりこ かえりちりめん	かぼちゃのスープ 西洋かぼちゃ たまねぎ マーガリン コンソメ 水 普通牛乳 食塩 スナックパン スナックパン	麦茶 麦茶 もち2種類(以上児のみ) もち米 かたくり粉 きな粉 車糖 こいくちしょうゆ きずのり 菓子(未満児) ビスケット	牛乳おやつ 普通牛乳 せんべい しょうゆせんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 焼き豚チャーハン(おやつ) 米 葉ねぎ 焼き豚 鶏卵 にんじん たまねぎ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ ごま油 だし
成分値	〈一日合計〉 エネルギー : 748 kcal 脂質 : 32.3 g たんぱく質 : 24.5 g 塩分 : 1.7 g カルシウム : 377 mg	569 kcal 22.5 g 23.1 g 1.5 g 359 mg	505 kcal 15.5 g 21.1 g 1.4 g 241 mg	456 kcal 12.4 g 14.0 g 2.0 g 207 mg	588 kcal 14.8 g 19.9 g 1.5 g 207 mg	459 kcal 12.2 g 15.9 g 1.2 g 294 mg	529 kcal 22.2 g 22.1 g 2.0 g 355 mg
9時	牛乳 普通牛乳 桜エビ さくらえび	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	15(月)	16(火)
昼食	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のコーンフレーク焼き 鶏むね こいくちしょうゆ にんにくおろし しようが コーンフレーク マヨネーズ プロコリーのおかか和え プロコリー 花かつお こいくちしょうゆ 車糖 にんじん すまし汁・ ソフト豆腐 ぶなしめじ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 葉ねぎ	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しうど	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 ステイック人参 にんじん		牛乳 普通牛乳 じやこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 スノーボールクッキー マーガリン グラニュー糖 鶏卵 薄力粉 アーモンド 粉糖 バニラオイル	牛乳おやつ 普通牛乳 みたらし団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 焼立パン(卵) 強力粉 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 鶏卵 マヨネーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 魅のラスク おつゆ魅 マーガリン 車糖	★ 作品展 ★ 麦ご飯 米 米粒麦 ミートボールの甘酢あんかけ 鶏天 豚ひき肉 こしょう 食塩 清酒 かたくり粉 たまねぎ しょうが 調合油 にんじん たまねぎ 黄ピー・マン 青ピー・マン 料理酒 みりん さやいんげん みそ汁・ じやがいも たまねぎ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ 白菜の海苔和え はくさい もみのり こいくちしょうゆ 車糖 中華スープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ	チキンドリア 米 鶏もも たまねぎ マッシュルーム水煮缶詰 マーガリン 食塩 こしょう コンソメ ケチャップ グリンピース ピザチーズ ホワイトソース 普通牛乳 ポトフ たまねぎ にんじん じやがいも ぶなしめじ キャベツ 皮つきワインナー 食塩 こしょう コンソメ ヨーグルト(ブルーベリーソース) ヨーグルト ブルーベリージャム	麦ご飯 米 米粒麦 千草焼き 鶏卵 しばえび 生しいたけ ほうれんそう にんじん うすくちしょうゆ 車糖 いんげんの胡麻和え・ さやいんげん ごま こいくちしょうゆ 車糖 ぶなしめじ すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 牛乳おやつ 普通牛乳 スイートポテト さつまいも 車糖 鶏卵 マーガリン 普通牛乳 ツナサンド 食パン マーガリン まぐろ缶詰 マヨネーズ
成分値	〈一日合計〉 エネルギー : 566 kcal 脂質 : 23.0 g たんぱく質 : 26.6 g 塩分 : 1.6 g カルシウム : 351 mg	435 kcal 10.1 g 20.8 g 1.4 g 252 mg	580 kcal 24.3 g 20.1 g 1.2 g 281 mg	492 kcal 19.9 g 24.0 g 1.8 g 307 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	572 kcal 22.8 g 21.1 g 2.1 g 426 mg	506 kcal 20.2 g 22.6 g 1.8 g 311 mg

\*都合により献立を変更することがあります。

## 12月献立表

[未満児]

令和7年 12月

	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	22(月)	23(火)	24(水)
9時	牛乳 普通牛乳 <b>キャンデーチーズ</b> キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 <b>炭酸せんべい</b> 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 <b>スナックパン</b> スナックパン	牛乳 普通牛乳 <b>炭酸せんべい</b> 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 <b>おやついりこ(朝)</b> かえりちらりめん	<b>ジャムヨーグルト</b> ヨーグルト いちごジャム	牛乳 普通牛乳 <b>おやつ昆布(朝)</b> おやつこぶ
昼食	味噌ラーメン 中華めん 赤だしみそ 甘みそ 清酒 ごま油 にんじん 豚もも りよくとうもやし いたら 葉ねぎ 鶏がらスープ <b>シユウマイ(副菜)</b> 豚ひき肉 たまねぎ しようが こいくちしょうゆ 食塩 こしょう ごま油 しゅうまいの皮 かたち粉 料理酒 <b>フルーツ</b> ..	麦ご飯 米 米粒麦 <b>赤魚の煮つけ</b> 赤魚 こいくちしょうゆ 車糖 本みりん 清酒 しょうが 水 <b>高野豆腐の卵とじ</b> 高野豆腐 生しいたけ 鶏卵 グリンピース 混合だし 車糖 こいくちしょうゆ にんじん <b>豚汁</b> 豚もも 大根 板こんにゃく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし <b>フルーツ(パイン缶)</b> パインアップル缶詰	★ 誕生会 ★ <b>ゆかりごはん</b> 米 米粒麦 赤魚 こいくちしょうゆ 車糖 本みりん 清酒 しょうが 水 <b>変わり春巻き</b> 焼き豚 しそ ピザチーズ 春巻きの皮 調合油 テン <b>和風サラダ</b> キャベツ にんじん りよくとうもやし カットわかめ スイートコーン トレッシングタイブ和風調味料 <b>すまし汁・</b> ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし <b>乳酸菌飲料</b> 乳酸菌飲料	焼きそば 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ りよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり ウスターーソース <b>中華スープ</b> チンゲンサイ 生しいたけ カットわかめ 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ <b>かぼちゃの土佐煮</b> 西洋かぼちゃ 花かつお こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 混合だし 食塩 <b>みそ汁・</b> セリ <b>カップゼリー</b> セリ	三色丼 米 米粒麦 鶏ももひき肉 こいくちしょうゆ 料理酒 車糖 料理酒 鶏卵 車糖 食塩 調合油 さやいんげん しょうが <b>かぼちゃの土佐煮</b> 西洋かぼちゃ 花かつお こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 混合だし 食塩 <b>みそ汁・</b> 大根 ぶなしめじ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし <b>中華スープ</b> 緑豆はるさめ チンゲンサイ エリンギ 鶏がらスープ うすくちしょうゆ 食塩 <b>ABCスープ</b> たまねぎ にんじん 皮つきウインナー キャベツ マカロニ・スパゲッティ 食塩 コンソメ 水 <b>クリスマスデザート</b> ババロア	麦ご飯 米 米粒麦 <b>麻婆豆腐</b> ソフト豆腐 あいびき たまねぎ にんじん たけのこ水煮 根深ねぎ 生いたけ 赤だしみそ こいくちしょうゆ 清酒 ごま油 かたくり粉 鶏がらスープ オイスターーソース にんにくおろし しょうが <b>かぶの甘酢和え</b> かぶ らうすこんぶ 穀物酢 車糖 食塩 <b>中華スープ</b> 緑豆はるさめ チンゲンサイ エリンギ 鶏がらスープ うすくちしょうゆ 食塩 <b>ABCスープ</b> たまねぎ にんじん 皮つきウインナー キャベツ マカロニ・スパゲッティ 食塩 コンソメ 水 <b>クリスマスデザート</b> ババロア	
3時	麦茶 麦茶 <b>おにぎり(かつお)おやつ</b> 米 花かつお きずのり 食塩 こいくちしょうゆ <b>おやつこんぶ</b> おやつこぶ	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>メリカントック</b> ウイニー 薄力粉 鶏卵 車糖 なたね油 普通牛乳 ベーキングパウダー	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>マドレーヌ</b> マーガリン 鶏卵 車糖 薄力粉 ベーキングパウダー バニラオイル レモン	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>ビスケット</b> ピスケット マリー <b>キャンデーチーズ</b> キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>ぶどうゼリー</b> ぶどう飲料 寒天 車糖 <b>ビスケット</b> ピスケット マリー	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>きなこマカロニ</b> マカロニ・スパゲッティ きな粉 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>噴水フルーツポンチ</b> もも缶詰 みかん缶詰 パインアップル缶詰 キウイフルーツ 炭酸飲料 ラムネ いちご
成 分 値	<一日合計> エネルギー : 477 kcal 脂質 : 14.4 g たんぱく質 : 21.3 g 塩分 : 1.7 g カルシウム : 242 mg	540 kcal 19.8 g 20.8 g 1.5 g 317 mg	641 kcal 24.6 g 20.6 g 1.7 g 370 mg	552 kcal 19.8 g 16.9 g 1.0 g 361 mg	555 kcal 17.2 g 22.5 g 1.7 g 330 mg	410 kcal 11.4 g 15.5 g 1.0 g 258 mg	518 kcal 25.8 g 21.1 g 1.7 g 315 mg
9時	25(木)	26(金)	27(土)	29(月)	30(火)	31(水)	
昼食	牛乳 普通牛乳 <b>バナナ</b> バナナ	牛乳 普通牛乳 <b>スティック人参</b> にんじん	牛乳 普通牛乳 <b>炭酸せんべい</b> 炭酸せんべい				
	麦ご飯 米 米粒麦 <b>鮭の味噌焼き</b> しろさけ 淡色辛みそ みりん風調味料 車糖 清酒 <b>五目豆</b> だいす ごぼう にんじん 生しいたけ 板こんにゃく さやいんげん こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 だし 料理酒 <b>卵豆腐のすまし汁</b> たまご豆腐 ぶなしめじ 切りみつば うすくちしょうゆ 食塩 混合だし <b>フルーツ</b> ..	ハヤシライス 米 米粒麦 牛もも たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 調合油 ハヤシルウ トマト グリンピース 食塩 こしょう にんにくおろし スイートワイン コンソメ <b>コールスロー風サラダ</b> キャベツ きゅうり にんじん スイートコーン フレンチトッピング <b>フルーツヨーグルト星</b> りんご バナナ みかん缶詰 干しぶどう 車糖 ヨーグルト	中華丼 米 はくさい 牛もも たまねぎ にんじん 生しいたけ しばえび 豚もも たけのこ水煮 たまねぎ うすくちしょうゆ かたくり粉 食塩 鶏がらスープ にんにくおろし ごま油 オイスターーソース しょうが にら <b>中華スープ</b> スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ <b>カップゼリー</b> セリ	★ 休園日 ★	★ 休園日 ★	★ 休園日 ★	
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>クリスマスケーキ</b> スポンジケーキ クリーム パインアップル缶詰 キウイフルーツ	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>ポップコーン</b> とうもろこし 調合油 食塩 <b>キャンデーチーズ</b> キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 <b>ピスコ</b> ピスコ <b>キャンデーチーズ</b> キャンデーチーズ				
成 分 値	<一日合計> エネルギー : 524 kcal 脂質 : 15.4 g たんぱく質 : 23.9 g 塩分 : 1.6 g カルシウム : 290 mg	551 kcal 21.9 g 18.4 g 1.9 g 365 mg	480 kcal 16.2 g 17.3 g 1.0 g 309 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	

\*都合により献立を変更することがあります。