




☆印のついている献立について  
うさぎ／以降の献立 ...りす・ひよこ  
成長に合わせて献立変更しています。

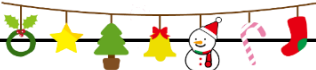

12月献立表

聖隷のお保育園 2025年12月乳児食

◎は、かみかみメニューです。

	1	2	3	4	5	6
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 塩せんべい	<div></div> <div>土曜保育はこども園のひとりで確認が出来ます。</div>
昼食	ご飯 厚揚げのそぼろ煮 小松菜の磯香和え みそ汁(キャベツ・油揚げ) メロン お茶	バターパン 魚のガーリックパン粉焼き スパゲティサラダ コンソメスープ パイナップル 牛乳	ご飯 鶏の唐揚げ(のり塩) 塩昆布ナムル みそ汁(玉葱・えのき) バナナ お茶	カレーうどん コールスローサラダ チーズ オレンジ お茶	ご飯 さわらのごま味噌焼き 人参しりしり すまし汁(豆腐・わかめ) バナナ お茶	
おやつ	牛乳 たまごせんべい・かりんとう	お茶 ごまのおはぎ	牛乳 さつま芋のホットケーキ	牛乳 フルーツサンド	豆乳 ヨーグルト・英字ビスケット	
エネルギー(kcal)	448	447	503	461	441	
蛋白質(g)	16.1	17.5	18.6	19.3	20.6	
脂質(g)	15.6	16.1	15.8	16.9	12.4	
食塩相当量(g)	1.1	1.3	1.3	2.1	1.0	

	8	9	10	11	12	
	月	火	水	木	金	
朝 おやつ	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 おこめせん	お茶 ミニ野菜スティック	<div>確認が行われます。</div>
昼食	ご飯 白身魚の竜田揚げ 納豆和え みそ汁(さつま芋・玉葱) バナナ お茶	ロールパン 大根つくねの照り焼き ブロッコリーサラダ ジンジャースープ オレンジ 牛乳	ご飯 さばのカレー風味焼き ◎ごぼうサラダ 清汁(白菜・えのき) キウイ お茶	五目ラーメン ◎れんこんサラダ 金時豆煮 バナナ お茶	ご飯 お好み焼き風卵焼き 春雨サラダ みそ汁(白菜・わかめ) パイナップル お茶	
おやつ	牛乳 やわらかサブレ・おかき	お茶 いなり寿司	牛乳 ヨーグルト・ウエハース	牛乳 ☆クリームパン/きな粉サンド	牛乳 青のりチーズポテト	
エネルギー(kcal)	507	465	484	513	397	
蛋白質(g)	17.6	19.8	18.1	19.4	16.1	
脂質(g)	18.1	14.5	18.6	14.7	10.5	
食塩相当量(g)	1.1	1.7	1.2	1.4	1.2	

	15	16	17	18	19	20
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	お茶 塩せんべい	<div></div> <div>クリスマス祝会</div> <div></div> <div>食育</div>
昼食	ご飯 白身魚の西京焼き 小松菜の錦糸和え けんちん汁 キウイ お茶	黒糖ロール 鶏肉のバジル焼き オーロラサラダ さつま芋のスープ バナナ 牛乳	かやくうどん 卵のサラダ 大学芋 メロン お茶	のりふりかけご飯 さばの塩焼き ひじきの煮物 みそ汁(小松菜・玉葱) オレンジ お茶	ハヤシライス ドレッシングサラダ チーズ フルーツポンチ お茶	
おやつ	豆乳 ヨーグルト・プチクッキー	お茶 ゆかりおにぎり	牛乳 マカロニきなこ	お茶 お好み焼き	牛乳 クッキー	
エネルギー(kcal)	429	465	486	437	504	
蛋白質(g)	19.7	17.0	18.0	15.7	16.6	
脂質(g)	9.8	16.3	18.0	15.1	16.9	
食塩相当量(g)	1.1	1.2	1.2	1.1	1.3	

	22	23	24	25	26	27
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 おこめせん	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	<div></div> <div>特別保育</div>
昼食	ご飯 チキンとれんこんのバター醤油炒め 南京煮 みそ汁(大根・人参) みかん お茶	ご飯 ぶりの香味焼き ◎筑前煮 かきたま汁(青菜) バナナ お茶	スパゲティミートソース ポテトサラダ 人参とツナのソテー フルーツポンチ お茶	ロールパン ローストチキン キャベツとチーズのサラダ コンソメスープ パイナップル 牛乳	ご飯 松風焼き ツナ入りなます みそ汁(もやし・玉葱) キウイ お茶	
おやつ	牛乳 きな粉クリームサンド	牛乳 ふかし芋	牛乳 アップルパイ	豆乳 トナカイケーキ	牛乳 ☆カステラ/おやつカステラ	
エネルギー(kcal)	524	510	519	511	495	
蛋白質(g)	20.0	18.9	19.5	22.2	17.7	
脂質(g)	13.0	16.1	19.0	23.1	17.4	
食塩相当量(g)	1.4	1.1	1.5	1.6	1.2	

★ 今月の絵本献立を紹介します ★

『はらぺこサンタのクリスマス』(ほるぷ出版)

少しずつ園内がクリスマスに向けて準備を迎える中、サンタクロースが大慌てでクリスマスの準備をしている様子が描かれている絵本は子どもたちに人気のようです。絵本の中には様々な料理がでてきますが、給食では園特製の「ローストチキン」を提供します。

★ 今年の「冬至」は22日(月)です。「運だかり」といわれ、縁起をかついだとされている「ん」のつく食べ物をいただきます。見つけられるでしょうか。

★ 26日(金)に少し早い「おせち料理」を提供します。それぞれの料理には諸説ありますが、今回提供するメニューの由来をご紹介します。よい年になりますように。

【松風焼き】雨や風に耐えて寿命が長いおめでたい松の木にちなんでいます。

【なます】紅白の色合いから、お祝いの象徴として作られます。また、紅白の水引に似ていることから平和を願う縁起物とされています。





※中期食について  
おやつは付きません  
食パンの日は、お粥になります

12月献立表

聖隷のお保育園 2025年12月離乳食

	1	2	3	4	5	6
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 塩せんべい	
昼食	お粥 豆腐のそぼろ煮 小松菜の磯煮 みそ汁(キャベツ・油揚げ) バナナ お茶	食パン 蒸しカレー スパゲティサラダ コンソメスープ バナナ お茶	お粥 のり塩だんご 小松菜煮浸し みそ汁(玉葱・えのき) バナナ お茶	野菜あんかけにゆうめん キャベツの煮物 じゃがいも煮 バナナ お茶	お粥 タラのみそ煮 人参しりしり すまし汁(豆腐・わかめ) バナナ お茶	土曜保育は、この園のひかりのこで行われます。
おやつ	お茶 たまごせんべい・人参チップ	お茶 さくら粥	お茶 さつま芋のホットケーキ	お茶 ジャムサンド	お茶 ヨーグルト・動物ビスケット	
エネルギー(kcal)	256	227	284	324	227	
蛋白質(g)	8.6	7.2	11.5	10.1	11.8	
脂質(g)	6.2	6.8	4.4	3.9	4.5	
食塩相当量(g)	1.0	0.9	0.9	1.2	0.8	

	8	9	10	11	12	
	月	火	水	木	金	
朝 おやつ	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 おこめせん	お茶 ミニ野菜スティック	
昼食	お粥 白身魚の煮付け 納豆和え みそ汁(さつま芋・玉葱) バナナ お茶	食パン 大根つくね 温野菜煮 白菜スープ バナナ お茶	お粥 カレー照り煮 大根煮 清汁(白菜・えのき) バナナ お茶	にゆうめん きゅうりと人参のスティック煮 豆腐のくず煮 バナナ お茶	お粥 野菜入りだんご 煮浸し みそ汁(白菜・わかめ) バナナ お茶	
おやつ	お茶 たまごボーロ・塩せんべい	お茶 磯粥	お茶 ヨーグルト・ウエハース	お茶 きな粉サンド	お茶 ふかしじゃが芋	
エネルギー(kcal)	257	228	268	331	210	
蛋白質(g)	10.9	9.9	8.0	14.2	8.9	
脂質(g)	4.9	4.1	10.3	5.1	2.3	
食塩相当量(g)	0.9	0.9	0.9	1.3	0.6	

	15	16	17	18	19	20
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	お茶 塩せんべい	
昼食	お粥 白身魚の味噌煮 小松菜の錦糸煮 けんちん汁 バナナ お茶	食パン 鶏そぼろ煮 人参サラダ さつま芋のスープ バナナ お茶	野菜にゆうめん ブロッコリーと卵サラダ 蒸しさつま芋 バナナ お茶	お粥 蒸しカレー 野菜ステック煮 みそ汁(小松菜・玉葱) バナナ お茶	お粥 ケチャップ煮 野菜サラダ バナナ お茶	<div>クリスマス祝会</div>
おやつ	お茶 ヨーグルト・クッキー	お茶 ゆかり粥	お茶 マカロニきなこ	お茶 お好み焼き風	お茶 蒸しパン	
エネルギー(kcal)	274	228	345	260	223	
蛋白質(g)	12.0	9.5	12.3	7.1	8.6	
脂質(g)	8.2	3.3	5.5	6.9	2.6	
食塩相当量(g)	0.9	1.1	0.7	0.6	0.7	

	22	23	24	25	26	27
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 おこめせん	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	
昼食	お粥 鶏そぼろ煮 南瓜煮 みそ汁(大根・人参) バナナ お茶	お粥 カレーの煮魚 根菜煮 かきたま汁(青菜) バナナ お茶	スパゲティミートソース ポテトサラダ 人参の甘煮 バナナ お茶	食パン 鶏つくね照り焼き キャベツの煮物 コンソメスープ バナナ お茶	お粥 松風焼き 大根煮 みそ汁(もやし・玉葱) バナナ お茶	
おやつ	お茶 ジャムサンド	お茶 ふかし芋	お茶 りんごのホットケーキ	お茶 トナカイケーキ	お茶 蒸しパン	
エネルギー(kcal)	309	288	317	281	234	
蛋白質(g)	13.0	7.9	12.3	12.5	7.9	
脂質(g)	4.7	8.6	3.8	4.9	4.1	
食塩相当量(g)	1.1	0.8	0.9	1.2	0.7	

★ 今月の絵本献立を紹介します ★

『はらぺこサンタのクリスマス』(ほるぷ出版)

少しずつ園内がクリスマスに向けて準備を迎える中、サンタクロースが大慌てでクリスマスの準備をしている様子が描かれている絵本は子どもたちに人気のようです。絵本の中には様々な料理がでてきますが、給食では園特製の「ローストチキン」を提供します。

★ 今年の「冬至」は22日(月)です。「運だかり」といわれ、縁起をかついだとされている「ん」のつく食べ物をいただきます。見つけられるでしょうか。

★ 26日(金)に少し早い「おせち料理」を提供します。それぞれの料理には諸説ありますが、今回提供するメニューの由来をご紹介します。よい年になりますように。

【松風焼き】雨や風に耐えて寿命が長いおめでたい松の木にちなんでいます。

【なます】紅白の色合いから、お祝いの象徴として作られます。また、紅白の水引に似ていることから平和を願う縁起物とされています。

