

12月予定献立表

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

2025年12月 聖隸こども園桜ヶ丘

ひづけ 日付	ようび 曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児・午前	乳幼児・午後	エネルギー	脂質 g	エネルギー	脂質 g
1	げつ 月		ごはん みそ汁(白菜・豆腐)	豚肉の生姜煮 さつま芋のスープ	ガーリックステイク人参 キウイ	にんじん お茶	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう牛乳 ふるふるデザート	521 15.8 421 13.0 20.5 1.4 16.8 1.2
2	か 火			しょく食パン	鶏肉のバジル焼き	プロッコリーのサラダ	お茶 クラッカー	とうにゅう豆乳 おにぎり	568 14.1 474 14.2 24.3 1.2 19.5 1.2
3	すい 水		ごはん すまし汁(大根・わかめ)	さかな魚のみそ煮	なつとうあ納豆和え	にゅうにゅう牛乳	豆乳	ぎゅうにゅう牛乳 タルタルトースト	517 28.0 461 15.6 22.6 1.2 20.0 1.1
4	もく 木		ナポリタン フルーツポンチ	かぼちゃ南瓜サラダ ぎゅうにゅう牛乳	オレンジ	お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 さつま芋がたくさん入ったクッキー	675 28.0 587 25.0 20.5 1.2 19.4 1.0
5	きん 金		こぎつねごはん 白菜のスープ	パスタサラダ バナナ	チーズ	お茶 チーズ	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 みかん・ビスケット	660 21.2 494 17.4 21.0 1.6 16.7 1.4
6	ど 土		や焼きそば フルーツ	ちゅうか中華スープ とうにゅう豆乳		お茶 お菓子	お茶 かし	お茶 お菓子	446 14.5 403 13.0 15.9 1.7 13.9 1.4
8	げつ 月		わかめごはん みそ汁(青菜・油揚げ)	さかな魚のホイル焼き	◎きんぴら	お茶	お茶 クラッcker	ぎゅうにゅう牛乳 ◎のり塩ラスク	539 15.6 429 13.9 22.7 1.9 17.9 1.5
9	か 火		しょく食パン 冬のジンジャースープ	だいこんてりや 大根つくねの照焼き	はるさめ春雨サラダ	お茶 牛乳	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう牛乳 やき焼いも	543 18.5 456 16.4 22.2 1.1 18.2 1.0
10	すい 水		ハヤシライス バナナ	キャベツのサラダ とうにゅう豆乳		お茶 チーズ	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 オートミールとコーンフレークスナック	705 25.0 572 22.5 21.9 1.6 19.5 1.5
11	もく 木		しょうゆ醤油ラーメン パイン缶	いもさつま芋スティック お茶	トマト	お茶 ヨーグルト	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 きなこおはぎ	573 11.7 500 11.5 17.9 1.6 17.0 1.3
12	きん 金		ごはん ◎ごんぽ汁	なつとうい納豆入りお好み焼き みかん	やわらか風卵焼き お茶	あおな 青菜のツナ和え お茶	豆乳 バナナ	お茶 ヨーグルト・クラッcker	589 18.0 529 17.5 20.5 1.8 19.4 1.5
13	ど 土		しゅパン2種 フルーツ	パン2種 とうにゅう豆乳	ポトフ	ゼリー	お茶 お菓子	お茶 お菓子	460 9.6 427 9.1 15.0 1.4 13.5 1.2
15	げつ 月		ごはん みそ汁(青菜・玉葱)	さかなてりや あおなたまねぎ	魚の照焼き みかん	ごもくに ひじきの五目煮 お茶	お茶 クラッcker	ぎゅうにゅう牛乳 バナナ・◎かみかみするめ	554 15.2 453 14.3 24.4 1.4 19.7 1.3
16	か 火		セルフハンバーガー コーンスープ	む蒸し野菜(みそマヨソース) バナナ	やさい 牛乳	豆乳	お茶 ビスケット	とうにゅう豆乳 のりまき(乳児はおにぎり)	642 23.4 517 19.6 25.2 1.9 20.2 1.5
17	すい 水		ごはん すまし汁(青菜・えのき)	やさい野菜たっぷり冬マーマー かん	ふゆ パイン缶	ブロッコリー お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 マカロニきなこ	563 15.4 452 14.4 23.3 1.2 20.2 1.1
18	もく 木		かやくうどん バナナ	かやくうどん とうにゅう豆乳	レンコンチップス	白菜サラダ	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 スイートポテトトースト	627 18.7 520 17.2 25.1 1.8 22.3 1.4
19	きん 金		ごはん みそ汁(わかめ・豆腐)	さかなしお 魚の塩焼き みかん	や ◎筑前煮	ちくぜんに お茶	牛乳 バナナ	ぎゅうにゅう牛乳 あんまん	541 12.2 475 13.2 25.6 1.1 22.9 0.9
20	ど 土	クリスマス祝会	ビビンバ フルーツ	わかめスープ			お茶 お菓子	お茶 お菓子	487 12.9 409 11.6 16.7 1.5 14.1 1.7
22	げつ 月	とうじ 冬至	ごはん みそ汁(大根・人参)	チキンチキンごぼう みかん	なんきん 南京きなこ	お茶 お茶	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう牛乳 きらきらももゼリー	539 10.7 420 8.9 19.6 1.1 15.9 0.9
23	か 火	たんじょうかい 誕生会		たの お楽しみメニュー			豆乳 クラッcker	ぎゅうにゅう牛乳 ???	635 18.2 535 18.1 23.6 1.8 20.8 1.4
24	すい 水		カレーうどん オレンジ	きんときいまめ金時煮豆 とうにゅう豆乳	かぶの塩昆布和え		お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 ごへいちち 五平餅	670 20.1 584 18.6 24.3 2.0 22.4 1.6
25	もく 木	ちゃかい お茶会	とうにゅう豆乳パン	◎ローストチキン コンソメスープ	ドレッシングサラダ パイン缶	えほん	お茶 クラッcker	ぎゅうにゅう牛乳 ココアケーキ	604 27.1 500 21.3 23.5 2.1 18.7 1.6
26	きん 金		ごはん すまし汁(里芋・油あげ)	まつかぜや じるさといも 松風焼き あぶらあげ	いこうはく ツナ入り紅白なます	お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 たづくり 田作り・ビスケット	634 21 495 18.7 24.4 1.3 20.9 1.2
27	ど 土		おにぎり フルーツ	とんじる 豚汁 お茶	ゼリー	お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	462 5.2 395 5.2 13.6 1.0 11.5 0.9
29	げつ 月			ねんまつやす 年末休み					



★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、この時期のみ提供される園特製の「ローストチキン」は毎年人気なメニューです。幼児クラスは骨付きチキンを提供する予定ですので事前にお試しいただけると安心です。ご協力のほどよろしくお願ひいたします。

★ 今年の「冬至」は12月22日(月)です。「運ざかり」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。見つけることができるか聞いてみたいと思います。

★ 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。

【紅白なます】その色合いから、お祝いの象徴として彩っています。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。

【田作り】カタクチイワシの幼魚を乾燥させ、砂糖、醤油などで甘辛く味付けした料理です。豊作の願いを込めていただきます。

