


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。

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	2025年12月 聖隷こども園桜ヶ丘		幼児		乳児	
				おやつ		エネルギー	脂質 g	エネルギー	脂質 g
				乳児・午前	乳幼児・午後	たんぱく質 g	塩分 g	たんぱく質 g	塩分 g
1	げつ 月		ごはん 豚肉の生姜煮 ガーリックスティック人参 みそ汁 (白菜・豆腐) キウイ お茶	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	521	15.8	421	13.0
				せんべい	ふるふるデザート	20.5	1.4	16.8	1.2
2	か 火		しよく食パン とりにく鶏肉のバジル焼き ブロッコリーのサラダ さつま芋のスープ いも みかん ぎゅうにゅう牛乳	お茶	とうにゅう豆乳	568	14.1	474	14.2
				クラッカー	おにぎり	24.3	1.2	19.5	1.2
3	すい 水		ごはん さかな魚のみそ煮 なつとうあ納豆和え すまし汁 (大根・わかめ) オレンジ お茶	とうにゅう豆乳	ぎゅうにゅう牛乳	517	28.0	461	15.6
				バナナ	タルタルトースト	22.6	1.2	20.0	1.1
4	もく 木		ナポリタン かぼちゃ南瓜サラダ フルーツポンチ ぎゅうにゅう牛乳	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	675	28.0	587	25.0
				ヨーグルト	さつま芋がたくさん入ったクッキー	20.5	1.2	19.4	1.0
5	きん 金		こぎつねごはん パスタサラダ チーズ 白菜のスープ はくさい パナナ お茶	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	660	21.2	494	17.4
				チーズ	みかん・ビスケット	21.0	1.6	16.7	1.4
6	ど 土		や焼きそば ちゅうか中華スープ フルーツ とうにゅう豆乳	お茶	お茶	446	14.5	403	13.0
				お菓子	お菓子	15.9	1.7	13.9	1.4
8	げつ 月		わかめごはん さかな魚のホイル焼き ◎きんぴら みそ汁 (青菜・油揚げ) あおな オレンジ お茶	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	539	15.6	429	13.9
				クラッカー	◎のり塩ラスク	22.7	1.9	17.9	1.5
9	か 火		しよく食パン だいこん大根つくねの照焼き はるさめ春雨サラダ ふゆ冬のジンジャースープ ぎゅうにゅう牛乳 キウイ	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	543	18.5	456	16.4
				ビスケット	やき焼いも	22.2	1.1	18.2	1.0
10	すい 水		ハヤシライス キャベツのサラダ バナナ とうにゅう豆乳	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	705	25.0	572	22.5
				チーズ	オートミールとコーンフレークスナック	21.9	1.6	19.5	1.5
11	もく 木		しょうゆラーメン ◎さつま芋スティック トマト パイン缶 お茶	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	573	11.7	500	11.5
				ヨーグルト	きなこおはぎ	17.9	1.6	17.0	1.3
12	きん 金		ごはん なつとうい納豆入りお好み焼き風卵焼き あおな青菜のツナ和え ◎ごんぼ汁 じる みかん お茶	とうにゅう豆乳	お茶	589	18.0	529	17.5
				バナナ	ヨーグルト・クラッカー	20.5	1.8	19.4	1.5
13	ど 土		パン2種 しゆ ポトフ ゼリー フルーツ とうにゅう豆乳	お茶	お茶	460	9.6	427	9.1
				お菓子	お菓子	15.0	1.4	13.5	1.2
15	げつ 月		ごはん さかな魚の照焼き ひじきの五目煮 みそ汁 (青菜・たまねぎ) しる あおな みかん お茶	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	554	15.2	453	14.3
				クラッカー	バナナ・◎かみかみするめ	24.4	1.4	19.7	1.3
16	か 火		セルフハンバーガー むやし野菜 (みそマヨソース) コーンスープ パナナ ぎゅうにゅう牛乳	お茶	とうにゅう豆乳	642	23.4	517	19.6
				ビスケット	のりまき (乳児はおにぎり)	25.2	1.9	20.2	1.5
17	すい 水		ごはん やさい野菜たっぷり冬マーボー ブロッコリー すまし汁 (青菜・えのき) じる あおな パイン缶 お茶	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	563	15.4	452	14.4
				チーズ	マカロニきなこ	23.3	1.2	20.2	1.1
18	もく 木		かやくうどん やさいレンコンチップス はくさい白菜サラダ バナナ とうにゅう豆乳	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	627	18.7	520	17.2
				ヨーグルト	スイートポテトトースト	25.1	1.8	22.3	1.4
19	きん 金		ごはん さかな魚の塩焼き ◎筑前煮 みそ汁 (わかめ・豆腐) さとう とうふ オレンジ お茶	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう牛乳	541	12.2	475	13.2
				バナナ	あんまん	25.6	1.1	22.9	0.9
20	ど 土	クリスマス祝会	ビビンバ わかめスープ フルーツ とうにゅう豆乳	お茶	お茶	487	12.9	409	11.6
				お菓子	お菓子	16.7	1.5	14.1	1.7
22	げつ 月	とうじ 冬至	ごはん チキンチキンごぼう なんきん南京きなこ みそ汁 (大根・人参) しる だいこん にんじん お茶	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	539	10.7	420	8.9
				せんべい	きらきらももゼリー	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	とうにゅう豆乳	ぎゅうにゅう牛乳	635	18.2	535	18.1
				クラッカー	？？？	23.6	1.8	20.8	1.4
24	すい 水		カレーうどん きんときにまめ金時煮豆 しおこんぶあかぶの塩昆布和え オレンジ とうにゅう豆乳	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	670	20.1	584	18.6
				ヨーグルト	ごへいもち五平餅	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 ドレッシングサラダ えほん コンソメスープ かん パイン缶 ぎゅうにゅう牛乳	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	604	27.1	500	21.3
				クッキー	ココアケーキ	23.5	2.1	18.7	1.6
26	きん 金		ごはん まつかや松風焼き い ツナ入り紅白なます すまし汁 (里芋・油あげ) じる さといも あぶら みかん お茶	お茶	ぎゅうにゅう牛乳	634	21	495	18.7
				チーズ	たづく田作り・ビスケット	24.4	1.3	20.9	1.2
27	ど 土		おにぎり とんじる豚汁 ゼリー フルーツ ちや お茶	お茶	お茶	462	5.2	395	5.2
				お菓子	お菓子	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」は毎年人気のメニューです。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いいたします。



- ★ 今年の「冬至」は12月22日(月)です。「運ぎかり」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。

