

令和7年度12月の献立表

認定こども園たちはな

※印はりす組、ひよこ組は献立カードをご覧ください。

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼 食			3時おやつ	
			主食	副食献立	材料名	献立	材料名
1	月	せんべい・麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・かみかみサラダ・バナナ・さつまいもの味噌汁	米・豚肉・玉葱・生姜・大根・胡瓜・人参・するめいか・いりごま・バナナ・さつまいも・玉葱・しめじ	クラッカーサンド・牛乳	クラッカー・クリームチーズ・ブルーベリージャム・牛乳 ※クラッカー・チーズ
2	火	りんご・牛乳	食パン	チキンカツ・和風パスタサラダ・チーズ・コーンスープ	食パン・鶏肉・小麦粉・卵・パン粉・油・ソース・サラスパ・胡瓜・人参・ハム・チーズ・玉葱・コーン・牛乳・コーンスープもと	ポトフ・麦茶	ワインナー・キャベツ・玉葱・人参・麦茶
3	水	ヨーグルト・麦茶	ごはん	鮭の西京焼き・ひじき煮・ステイクきゅうり・豆腐のスープ	米・鮭の西京漬け・ひじき・豚肉・人参・竹輪・椎茸・油揚・胡瓜・浅漬けのもと・豆腐・玉葱・小松菜	チーズ蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・チーズ・牛乳
4	木	チーズ・麦茶	カレーライス	コールスローサラダ・福神漬けオレンジ	米・豚肉・玉葱・じゃが芋・人参・カレールウ・キャベツ・胡瓜・ハム・コーン・りんご・マヨ・スキムミルク・福神漬け・オレンジ	ドーナツ・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・卵・バター・牛乳
5	金	クラッカー・麦茶	ごはん	鶏肉のから揚げ・春雨サラダ・トマト・もやしのスープ	米・鶏肉・生姜・にんにく・片栗粉・油・春雨・胡瓜・ハム・人参・トマト・もやし・ニラ	ホットドック・牛乳	ロールパン・ワインナー・ケチャップ・牛乳
8	月	ビスケット・麦茶	ごはん	豚肉の味噌焼き・かぶの昆布和え・りんご・わかめスープ	米・豚肉・かぶ・胡瓜・人参・塩昆布・りんご・わかめ・長葱	ポテトチップス・牛乳	じゃがいも・油・塩・青のり・牛乳
9	火	バナナ・麦茶	ごはん	肉豆腐・ブロッコリーのおかか和え・煮卵・味噌汁	米・豚肉・豆腐・玉葱・人参・椎茸・ブロッコリー・おかか・うずら卵・大根・油揚	マカロニきなこ・牛乳	マカロニ・砂糖・きなこ・牛乳
10	水	コーンフレーク・牛乳	クロワッサン	タンドリーチキン・豆サラダ・トマト・白菜のシチュー	クロワッサン・鶏肉・ヨーグルト・にんにく・カレー粉・キャベツ・胡瓜・大豆・人参・チーズ・マヨ・スキムミルク・トマト・白菜・ハム・コーン	いなり寿司・麦茶	米・味付け油揚・麦茶 ※いなりごはん
11	木	せんべい・麦茶 誕生日会	わかめラーメン	餃子・みかん	ラーメン・豚肉・キャベツ・もやし・人参・コーン・わかめ・豚挽・キャベツ・ニラ・にんにく・生姜・餃子の皮・みかん	ケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・バター・卵・ホイップ・ブルーベリーソース・牛乳 ※未満児: ケーキのバナナ添え
12	金	クラッcker・麦茶	ごはん	ホッケの塩だれ焼き・切干大根煮・中華きゅうり・味噌汁	米・ホッケ塩だれ・切干大根・人参・さつま揚・油揚・きゅうり・豆腐・なめこ	付け合せパン・牛乳	食パン・チョコ・牛乳 ※チョコなし (りす・うさぎ: 南瓜ペースト)
13	土	10時: ビスケット・麦茶	お昼: 焼きそば、ホウレン草の磯和え		3時: バナナ、せんべい、麦茶		
15	月	せんべい・麦茶	ごはん	鶏肉の照り焼き・キャベツの昆布和え・みかん・味噌汁	米・鶏肉・キャベツ・胡瓜・人参・塩昆布・みかん・玉葱・ニラ	二色クッキー・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・バター・砂糖・ココア・牛乳
16	火	ビスケット・麦茶	ごはん	春巻き・三色ナムル・トマト・中華コーンスープ	米・春巻き・油・もやし・ほうれん草・人参・トマト・玉葱・コーン・卵	フルーツヨーグルト・せんべい	ヨーグルト・りんご・バナナ・みかん缶・ぽたぽたせんべい ※未満児: せんべい→野菜ハイせん
17	水	チーズ・麦茶	ごはん	肉団子・パスタサラダ・バナナ・けんちん汁	米・豚挽・鶏挽・パン粉・玉葱・サラスパ・胡瓜・ハム・人参・バナナ・鶏肉・大根・里芋・ごぼう・人参・油揚・豆腐	栗蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・栗・牛乳 ※プレーン蒸しパン
18	木	クラッcker・牛乳	コッペパン	グラタン・ツナの和え物・バター・コーン・ほうれん草スープ	コッペパン・マカロニ・玉葱・豚肉・人参・チーズ・キャベツ・もやし・胡瓜・ツナ・人参・コーン・バター・ほうれん草・玉葱	たぬきさんのおにぎり・麦茶	米・揚げ玉・いりごま・麦茶
19	金	ヨーグルト・麦茶	ごはん	タラの味噌バター焼き・上州きんぴら・煮豆・かき玉汁	米・タラの味噌バター・ごぼう・鶏肉・人参・椎茸・黄パプリカ・白滝・いりごま・金時豆・玉葱・ナルト・水菜・卵	アップルケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・りんご・砂糖・バター・卵・牛乳
20	土	10時: クラッcker・麦茶	お昼: ラーメン、ブロッコリーのおかか和え		3時: オレンジゼリー、せんべい、麦茶		
22	月	クラッcker・牛乳	ごはん	マーボー豆腐・野菜のごま和え・バナナ・中華スープ	米・豆腐・豚肉・エビ・長葱・ニラ・にんにく・生姜・もやし・人参・いんげん・すりごま・バナナ・玉葱・春雨・コーン・小松菜	りんごゼリー・せんべい	りんごジュース・寒天・りんご・サラダせんべい ※未満児: せんべい→野菜ハイハイせん
23	火	せんべい・麦茶 クリスマス会	カレーピラフ	鶏肉のパン粉焼き・ブロッコリーの炒め物・みかん・ミネストローネスープ	米・豚挽・玉葱・人参・鶏肉・にんにく・パン粉・パセリ・ブロッコリー・ベーコン・コーン・みかん・キャベツ・玉葱・じゃが芋・セロリー・トマト缶	クリスマスケーキ・牛乳	クリスマスケーキ・牛乳 ※かぼちゃ蒸しパン
24	水	ビスケット・牛乳	食パン	メンチカツ・ツナサラダ・チーズ・南瓜のポタージュ	食パン・メンチカツ・油・ソース・キャベツ・胡瓜・ツナ・人参・コーン・マヨ・スキムミルク・チーズ・南瓜・玉葱・牛乳・コーンスープのもと	さくらおにぎり・麦茶	米・醤油・酒・塩・麦茶
25	木	バナナ・麦茶	ごはん	ホキの幽庵焼き・炒り豆腐・スティックきゅうり・豚汁	米・ホキ幽庵漬け・豆腐・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・小ねぎ・胡瓜・浅漬けのもと・豚肉・大根・ごぼう・人参・じゃが芋・長葱・油揚	シュガーラスク・牛乳	パケット・バター・砂糖・牛乳 ※未満児: 食パンのラスク
26	金	グレープゼリー・麦茶	ハヤシライス	和風サラダ・りんご	米・豚肉・玉葱・マッシュルーム・ハヤシルウ・キャベツ・胡瓜・もやし・人参・かまぼこ・わかめ・りんご	スイートポテト・牛乳	さつまいも・バター・卵・生クリーム・砂糖・牛乳
27	土	10時: ビスケット・麦茶	お昼: ミートソーススパゲッティー、キャベツの昆布和え		3時: バナナ、せんべい、麦茶		

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



12月平均栄養価

3歳未満児	エネルギー	568kcal	たんぱく質	17.9g	脂質	17.1g
	カルシウム	208mg	食塩	2.0g		
3歳以上児	エネルギー	588kcal	たんぱく質	18.8g	脂質	19.2g
	カルシウム	216mg	食塩	2.1g		