

# 12かつのこんだてひょう

2025年12月

日曜	時間帯	献立	材料名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
01月	午前おやつ	牛乳 せんべい		牛乳		せんべい
15月	給食	すき焼き風煮物 にんじんのシリシリ わかめスープ	しらたき、きび砂糖	豚肉、なると ツナ油漬 白ごま	はくさい、たまねぎ、ねぎ、えのきたけ、にんじん にんじん コーン缶、ねぎ、わかめ	しょうゆ、みりん かつおだし、本みりん しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、食塩
	午後おやつ	杏仁豆腐		牛乳	もも缶	杏仁豆腐の素
02火	小松菜は、古くから 関東で栽培され 名前は東京の小松 川に由来すると言 われています。	ヨーグルト たらのチーズ焼き のり酢和え コロコロスープ	* * *	ヨーグルト(加糖) たら、とろけるチーズ		ワイン(白)、食塩、パセリ粉、白こしょう 酢、しょうゆ、食塩 コンソメ、食塩、白こしょう
16火	アカが少ないので お好み焼き	牛乳 クラッカー 鶏とさつま芋のあまから揚げ ゆかり和え 豆腐すまし汁	お好み焼き粉、マヨネーズ、油	牛乳 ワインナー、卵、かつお節	キャベツ、あおのり	お好みソース
03水	調理しやすく、お ひたしや炒め物、 汁物と様々な調理 と味付けが楽しめ る食材です。	牛乳 クラッカー 鶏とさつま芋のあまから揚げ ゆかり和え 豆腐すまし汁 ヨーグルト和え	さつまいも、油、片栗粉、きび砂糖	鶏むね肉 木綿豆腐	キャベツ、きゅうり、にんじん えのきたけ、こまつな、にんじん	しょうゆ、酒、本みりん、食塩 食塩、ゆかり粉 しょうゆ(うすくち)、かつおだし
17水	鬼まんじゅうは東海 地方の郷土料理です。見た目がゴツ ゴツとしたさつま芋 の角が鬼の角や金 棒に見えることに由 来しているそうです	牛乳 カルシウムせんべい しゅうまい風 れんこん炒め みそ汁	さつまいも、油、片栗粉、きび砂糖	牛乳 豚ひき肉、木綿豆腐 ちくわ、白ごま 味噌、凍り豆腐、油揚げ	牛乳	カルシウムせんべい しょうゆ、酒、食塩 しょうゆ、みりん、酒 煮干し、かつおだし
04木	牛乳 鬼まんじゅう	牛乳 カルシウムせんべい しゅうまい風 れんこん炒め みそ汁	さつまいも、微細米粉、きび砂糖	牛乳	牛乳	牛乳
18木	牛乳 鬼まんじゅう	牛乳 牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
05金	たまごボーロ ポトフ 炒め納豆 果物 お茶	牛乳 たまごボーロ		牛乳		牛乳
19金		ポトフ 炒め納豆 果物	じゃがいも 油	ワインナー 納豆、豚ひき肉、いりたまご	たまねぎ、キャベツ、にんじん にんじん、たまねぎ バナナ	コンソメ、食塩、こしょう しょうゆ
		お茶	こぎつねのおにぎり	米、きび砂糖	油揚げ、白ごま	ひじき
08月	22日が冬至です。 冬至とは二十四節 気のひとつで1年 で最も昼の時間が 短くなる日のことで す。邪気を払うとい う意味があります。お やつで食べましょう	牛乳 ビスケット		牛乳		牛乳
22月	22日が冬至です。 冬至とは二十四節 気のひとつで1年 で最も昼の時間が 短くなる日のことで す。邪気を払うとい う意味があります。お やつで食べましょう	生揚げの味噌炒め ブロッコリー コンソメスープ	ごま油、片栗粉、砂糖	生揚げ、豚肉、味噌	たまねぎ、にんじん、ピーマン、ねぎ、干しこじたけ、にんにく、しょうが ブロッコリー	みりん、しょうゆ、酒 食塩 コンソメ、食塩、パセリ粉
09火	わかれているあづきと 縁起の良いかぼち やを合わせて、運 を運び込もうとい う意味があります。お やつで食べましょう	ゼリー				ゼリー
23火	わかれているあづきと 縁起の良いかぼち やを合わせて、運 を運び込もうとい う意味があります。お やつで食べましょう	ユーリンチー もやしのナムル すいとん汁	米の粉、きび砂糖 ごま油、砂糖 すいとん粉	鶏もも肉 油揚げ	ねぎ、しょうが もやし、にんじん、こまつな たまねぎ、だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ	酢、酒、しょうゆ、食塩、白こしょう しょうゆ、食塩 しょうゆ(うすくち)、かつおだし、食塩
10水	10日は献立検討 会です。園長、主 任保育士、調理員 栄養士で献立につ いて話し合いをしま す。	牛乳 クッキー		牛乳		牛乳
25木	10日は献立検討 会です。園長、主 任保育士、調理員 栄養士で献立につ いて話し合いをしま す。	ポークカレー 白菜とツナのマロニーサラダ 果物	じゃがいも、小麦粉、油 マロニー、油、砂糖	豚肉、バター、牛乳 ツナ油漬	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが はくさい、きゅうり、にんじん りんご	カレールウ、ケチャップ、しょうゆ、ソース、コンソメ、カレー粉 酢、食塩
	10日(水) ジョア、せんべい 25日(木) 牛乳、ジャムパン	食パン	ジョア 牛乳		いちごジャム	せんべい
11木	26日は給食室の大掃除をします。 おやつは市販のものになります。	牛乳 バナナ		牛乳	牛乳	牛乳
26金	26日は給食室の大掃除をします。 おやつは市販のものになります。	赤魚の煮付け おからのサラダ みそ汁	きび砂糖 マヨネーズ	あかうお ハム、おから 味噌、油揚げ	しょうが キャベツ、コーン缶、きゅうり、にんじん はくさい、しめじ、ねぎ	しょうゆ、本みりん、酒 食塩、こしょう 煮干し、かつおだし
	11日(木) 牛乳、ジャムパン 26日(金) ゼリー	食パン	牛乳	牛乳	いちごジャム	ゼリー
12金	季節の献立の日 キムチは少量にして辛みは控えてあります。	牛乳 ビスケット キムタクチャーハン はくさいのじゃこドレッシングあえ スミータン 果物 ヨーグルト	米 ごま油、砂糖 さつまいも	ベーコン しらす干し 豆乳、卵	キムチ、たくあん はくさい、にんじん クリームコーン缶、たまねぎ みかん	ビスケット しょうゆ(うすくち)、本みりん、酒 酢、しょうゆ 中華だしの素、食塩
	12日(金) 季節の献立の日 24日(水) 誕生日会		ヨーグルト(加糖)		白ごはんはいりません 白ごはんはいりません	

\*献立は変更になる場合があります