

2025年12月予定献立表

緑丘保育園

曜 日	昼 食	材 料 名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食
月	1 ぶり大根 じゃがいもの磯和え ごはん お麩とほうれん草の味噌汁	ぶり・大根・さやいんげん・人参・酒・素精糖・醤油 じゃがいも・あおのり・海水塩 胚芽精米・白米 お麩・ほうれん草・煮干し・味噌	野菜軟らかくゆでる	ツナコーンパン 食パン・ツナ缶・コーン缶・たまねぎ・マヨネーズ	きなこおにぎり 精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩	やきそば・大学かぼちゃ 蒸し中華めん・豚肉・キャベツ・もやし・玉葱・にんじん・ピーマン・菜種油・ 青のり・ソース・海水塩
	15 鶏肉の香味焼き 三色野菜のお浸し ごはん しいたけと里芋の味噌汁	鶏肉・葱・片栗粉・酒・醤油・ごま油・いりごま キャベツ・きゅうり・人参・かつお節・醤油 胚芽精米・白米 しいたけ・里芋・小松菜・味噌・煮干し	ひき肉 野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 米粉のおさつスコーン 上新粉・豆乳・素精糖・ベーキングパウダー・なたね油 さつまいも・レーズン	麦茶 わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	くだもの・味噌汁 煮魚・だいこんのそぼろ煮 魚・素精糖・みりん・醤油　だいこん・豚ひき・素精糖・醤油・みりん
火	2 ドライカレー ひじき煮 白菜と春雨のスープ	胚芽精米・白米・豚肉・人参・玉葱・ピーマン・にんにく・生姜・なたね油・ケチャップ・薄力粉・バター・カレー粉・海水塩 大豆・ひじき・人参・素精糖・醤油・さやいんげん 春雨・白菜・しいたけ・ほうれん草・醤油・海水塩・かつおだし	豚ひき 野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 麩ラスク 麩・バター・素精糖	麦茶 焼肉ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・ 清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま	わかめごはん・スープ 魚のかわりパン粉焼き・切干サラダ 魚・海水塩・なたね油・アレルギー用マヨネーズ・ケチャップ・パン粉 切干大根・きゅうり・にんじん・ほたて缶・アレルギーマヨネーズ・海水塩
	17 豆腐のつくね焼き かぼちゃ煮 ごはん 青菜とベーコンのスープ	豆腐・ひじき・人参・鶏肉・海水塩・醤油・片栗粉・なたね油 かぼちゃ・醤油・かつおだし・素精糖 胚芽精米・白米 ほうれん草・玉葱・ベーコン・醤油・海水塩・かつおだし	別皿とろみつき	くだもの・牛乳 鮭おにぎり 胚芽精米・白米・鮭・ごま	麦茶 ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	和風ラスク・クリームスープ 豆腐のカニあん・じゃがいもの金平 豆腐・薄力粉・なたね油・にんじん・長葱・椎茸・青菜・かに缶・片栗粉・ 海水塩　じゃがいも・にんじん・なたね油・醤油・酒・みりん・素精糖
木	4 ⑤ふりかけごはん⑱チキンライス チキンナゲット マカロニサラダ かぶとウインナーのスープ	⑤胚芽精米・白米⑱胚芽精米・白米・鶏肉・玉葱・人参・グリンピース・なたね油・海水塩・ケチャップ・コーン 鶏肉・木綿豆腐・にんにく・生姜・海水塩・片栗粉・なたね油・ケチャップ マカロニ・玉葱・コーン・マヨネーズ・塩・醤油 ベーコン・玉葱・かぶ・醤油・海水塩	野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 ⑤揚げパン⑱お楽しみクッキー＆ゼリー ⑤コッペパン(卵・乳なし)　きなこ・素精糖・ ⑱薄力粉・バター・素精糖・ココア・ジュース・アガー	麦茶 おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま 焼き海苔	焼肉ごはん・すまし汁 鶏の照り焼き・キャベツの磯部和え 鶏もも・にんにく・生姜・醤油・酒　キャベツ・海苔・醤油・かつおだし
	18 ほうとううどん 青菜とじゃこの香味和え オレンジゼリー	うどん・鶏肉・しいたけ・かぼちゃ・ねぎ・ごぼう・油揚げ・味噌 小松菜・ほうれん草・しらす・葱・ごま・酢・醤油 オレンジジュース・素精糖・アガー	別皿とろみつき 野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 ココアラスク・チーズ 食パン・マーガリン・素精糖・ココア	麦茶	
月	8 さわらの梅焼き 大根と里芋のそぼろ煮 ごはん ねぎの味噌汁	さわら・味噌・うめ・みりん・酒・素精糖 大根・里芋・人参・豚肉・素精糖・醤油・酒・片栗粉・みりん 胚芽精米・白米 わかめ・葱・ほうれん草・ごま・海水塩・醤油	別皿とろみつき 野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 ポンデケージョ 白玉粉・上新粉・牛乳・粉チーズ・なたね油	麦茶 青菜おにぎり 精白米・胚芽米・塩こんぶ・海水塩	肉豆腐・かぶの即席漬け 豚肉・豆腐・玉葱・白滝・素精糖・醤油・酒・なたね油 かぶ・かぶ菜・海水塩
	22 ハンバーグ 青菜のソテー ごはん ポテトコーンスープ	豚肉・玉葱・パン粉・海水塩・なたね油・トマトケチャップ 小松菜・人参・なたね油・海水塩 胚芽精米・白米 じゃがいも・玉葱・コーン・バター・牛乳・豆乳・海水塩・かつおだし	野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 きな粉ボーロ 素精糖・なたね油・片栗粉・きなこ・牛乳	麦茶 わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	こんぶごはん・すまし汁 肉あんかけうどん・ごまポテト 干しうどん・豚ひき・なたね油・にんじん・長葱・干し椎茸・青菜・ かつおだし・醤油・海水塩・片栗粉
火	9 四色ごはん 肉じゃが わかめスープ	胚芽精米・白米・鶏肉・卵・ほうれん草・人参・素精糖・醤油・海水塩・かつお節 豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・しらたき・さやえんどう・素精糖・酒・醤油・なたね油 わかめ・葱・ほうれん草・ごま・海水塩・醤油・かつおだし	野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 オレンジリング オレンジパン(卵・乳なし)	麦茶 焼肉ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・ 清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま	くだもの 豚肉の生姜やき・さつまいもの金平 豚肉・生姜・玉葱・ピーマン・みりん・醤油・なたね油 さつまいも・にんじん・いんげん・素精糖・みりん・醤油
	10 マーボ豆腐 きゅうりともやしの海苔和え ごはん 三平汁	木綿豆腐・　豚肉・葱・ニラ・人参・ごま油・にんにく・生姜・味噌・醤油・素精糖・片栗粉 きゅうり・もやし・あおのり・海水塩 胚芽精米・白米 鮭・大根・人参・こんにやく・ごぼう・豆腐・葱・ほうれん草	野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 青菜とツナのおにぎり 白米・胚芽精米・ツナ缶・こまつな・かつおだし 素精糖・醤油・ごま	麦茶 ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	夕焼けごはん・味噌汁 魚のカレーパン粉焼き・こぶきいも 魚・にんにく・酒・海水塩・パン粉・カレー粉・オリーブオイル じゃがいも・海水塩・青のり
水	11 肉団子の野菜煮 カリフラワーのサラダ ふりかけごはん とろろ汁	豚肉・じゃがいも・人参・ほうれんそう・なたね油・海水塩 カリフラワー・きゅうり・人参・マヨネーズ・海水塩 胚芽精米・白米・ふりかけ	野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 焼きそば 中華麺・豚肉・キャベツ・もやし・玉葱・人参・ピーマン なたね油・青のり・ウィスターソース・中農ソース	麦茶 おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま 焼き海苔	にんじんグラッセ・ココアリング・クリームスープ 魚の衣焼き・かぶとキャベツの浅漬け 魚・素精糖・醤油・酒・生姜・薄力粉　かぶ・キャベツ・青菜・海水塩
	12 回鍋肉うどん じゃがバター フルーツヨーグルト	乾うどん・豚肉・キャベツ・人参・たけのこ・葱・さやえんどう・生姜・味噌・醤油 じゃがいも・バター・海水塩・青のり ヨーグルト・素精糖・みかん缶・もも缶・レーズン	野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳 塩パン 塩・パン(卵なし・乳なし) 素精糖　　ーロチーズ	麦茶	ゆかりごはん・スープ
土	13 27		野菜軟らかくゆでる	くだもの・牛乳	< 今月のお知らせ > 保育園では、完了食(ひよこ)、1,2歳児、3歳児～と三段階にわけて給食を作っています(固さ、食材などかえる)。年齢にあった作り方もお知らせできますので、作り方を知りたい献立があったらお声がけください(直接調理室へも大歓迎ですし、ノートに書いて頂ければ、クラスから調理に伝わります)	

* 乳児)エネルギー433kcal　たんぱく質17.8g　脂質15.7g　* 幼児)エネルギー546kcal　たんぱく質22.2g　脂質19.7g

* 3時のおやつは、豆乳入りです。　　* 材料の関係で献立が変更になることもあります。

* 園で初めて食べる食材がないようにご家庭で献立を確認してください。　不明点がございましたら調理室までお声がけください。