

# 令和7年12月献立予定表

令和7年11月27日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力になる	緑: 調子を整える	おやつ	エネルギー
1	月	ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 野菜の梅おかか和え りんごヨーグルト	鶏もも肉 かつお節 ヨーグルト	白米 こんにゃく 砂糖 ごま ごま油	れんこん ごぼう 人参 大根 きゅうり ねり梅 りんご缶 高菜漬	高菜おにぎり	637
2	火	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 野菜のドレッシング和え 牛乳	魚 牛乳 ベーコン チーズ	白米 マヨネーズ クリームコーン 砂糖 オリーブ油 コーン ミックス粉	キャベツ きゅうり 人参 高菜漬 トマトケチャップ ピーマン	ピザパン	516
3	水	ごはん 鶏肉の塩から揚げ 野菜のナムル わかめスープ	鶏もも肉 わかめ	白米 片栗粉 薄力粉 ごま油 砂糖 コーンフレーク バター マッシュマロ	しょうが にんにく もやし 人参 ほうれん草 玉ねぎ 小ねぎ	コーンフレークバー	473
4	木	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 野菜のおかか和え すまし汁	鶏もも肉 味噌 かつお節 牛乳	白米 ごま油 砂糖 ミックス粉 チョコチップ	しょうが キャベツ 人参 もやし 小松菜 えのき	チョコチップ 蒸しパン	514
5	金	お弁当デー	わかめ	白米 ごま		わかめおにぎり	153
6	土	おたのしみ会					
8	月	ごはん タイピーエン オレンジゼリー 野菜の中華風梅和え	豚こま肉 かまぼこ アガード ベーコン	白米 油 ごま油 砂糖 コーン バター	白菜 玉ねぎ たけのこ 人参 キクラゲ 干椎茸 プロッコリー ねり梅 みかんジュース アスパラ	ベーコンの おにぎり	579
9	火	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜のゆかり和え 味噌汁	豚こま肉 味噌 牛乳	白米 薄力粉 砂糖	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり ゆかり 大根 小ねぎ	ミルククッキー	491
10	水	ごはん スパニッシュオムレツ コールスローサラダ オニオンスープ	卵 ベーコン チーズ ひじき 油揚げ	白米 じゃがいも コーン マヨネーズ 砂糖	ほうれん草 人参 キャベツ きゅうり 玉ねぎ	ひじきと油あげの おにぎり	647
11	木	ごはん 魚の西京焼き 大根の和風サラダ すまし汁	魚 味噌 かつお節 わかめ 豆腐 牛乳	白米 砂糖 ミックス粉	大根 きゅうり 人参 玉ねぎ いちごジャム いちご レモン汁	イチゴジャム 蒸しパン	483
12	金	ごはん チキンカツ(しそ風味) みかんサラダ 豆乳スープ	鶏ささみ 豆乳 ベーコン かつお節	白米 薄力粉 パン粉 油 砂糖 ごま	しそ キャベツ きゅうり 人参 みかん缶 玉ねぎ プロッコリー 小松菜	青菜おにぎり	541
13	土	親子丼 味噌汁	鶏こま肉 卵 味噌 油揚げ	白米 砂糖 油 里芋	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ねぎ 大根 小ねぎ	おかし	362
15	月	ごはん 魚の照り焼き 野菜の甘酢和え 味噌汁	魚 油揚げ 味噌	白米 砂糖 油 じゃがいも	にんにく キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 小ねぎ ゆかり	ゆかりおにぎり	484
16	火	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 炒めビーフン スミーティ	鶏レバー かまぼこ 卵 牛乳 あんこ	白米 ビーフン ごま油 クリームコーン ミックス粉 バター	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 小ねぎ	あんバターパン	567
17	水	ごはん 厚揚げのミートソース煮 プロッコリーサラダ 牛乳	厚揚げ 合挽肉 牛乳 かつお節	白米 コーン マヨネーズ 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 トマトケチャップ トマトピューレ プロッコリー キャベツ	おかかおにぎり	523
18	木	ごはん 鶏肉の磯辺焼き 野菜の塩昆布和え 味噌汁	鶏もも肉 青のり 塩昆布 味噌 牛乳 卵 ツナ	白米 薄力粉 油 里芋 ミックス粉 マヨネーズ	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 小ねぎ	ツナパン	487
19	金	カレーライス 野菜のフレンチ和え フルーツヨーグルト	牛こま肉 ヨーグルト じゃこ	白米 じゃがいも カレールウ 砂糖 オリーブ油	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり みかん缶 もも缶 りんご缶	じゃこおにぎり	605
20	土	きのこの和風スパゲティ コンソメスープ	ベーコン かつお節 ウインナー	スパゲティ	しめじ えのき しいたけ 玉ねぎ 小松菜 にんにく 小ねぎ キャベツ 人参	おかし	357
22	月	ごはん 鶏肉の和風マリネ パンキンポタージュ 冬至	鶏もも肉 牛乳 生クリーム 油揚げ	白米 薄力粉 油 砂糖 バター	玉ねぎ 人参 ピーマン かぼちゃ 小松菜	青菜と油揚げの おにぎり	673
23	火	牛肉丼 菜種和え 味噌汁	牛こま肉 錦糸卵 豆腐 わかめ 味噌 牛乳	白米 砂糖 油 ミックス粉	玉ねぎ 人参 長ねぎ ほうれん草 キャベツ 小ねぎ りんご缶	りんご蒸しパン	513
24	水	チキンライス クリームシチュー ココアケーキ(チョコチップ) クリスマス会・終業式	鶏こま肉 ベーコン 牛乳 卵 焼きのり	白米 コーン 砂糖 じゃがいも シュールウ 薄力粉 バター チョコチップ	人参 トマトケチャップ 玉ねぎ しめじ プロッコリー	のり巻き おにぎり	705
25	木	ごはん 中華風ローストチキン チョレギサラダ 卵スープ	鶏もも肉 わかめ 卵	白米 ごま 砂糖 ごま油 薄力粉 バター	にんにく キャベツ きゅうり 人参 しょうが 干椎茸 たまねぎ 小ねぎ	ごまクッキー	582
26	金	ごはん 魚フライタルタルソース 人参サラダ コンソメスープ	魚 ツナ ウインナー	白米 薄力粉 パン粉 タルタルソース 油 コーン 雑穀米	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ	雑穀おにぎり	65
27	土	焼うどん 味噌汁 御用納め	豚こま肉 油揚げ 味噌	うどん	キャベツ 玉ねぎ 人参 大根 小ねぎ	おかし	317

※材料はすべて（昼食・おやつ）一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料は変更する場合もあります。



## 冬至のはなし

冬至は、1年で一番短い日。この日を境にだんだん日が長くなっていきます。冬至の日はかぼちゃを食べ、ゆず湯に入る習慣がありますね。「冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかない」と聞いたことはありませんか？野菜の少ない冬、保存のきくかぼちゃを食べて栄養を補い、健やかに過ごそうという古来の知恵です。ゆず湯に入るのも血行が促進され、体が温まるからだそうです。



## お弁当デー

今月のお弁当デーは12月5日（金）です。  
ちっちぐんぐんさんはカトラリーセット  
と麦茶は園で準備します。

