

## 令和7年 12月 給食献立表



## さくら保育園



日曜日	曜日	朝おやつ	献立名	午後おやつ
1	月	チーズ	根菜カレー (ごはん・玉葱・人参・じゃが芋・ごぼう・れんこん・大根・チーズ・りんご・豚肉・カレールウ) さつまいものマヨ和え (さつまいも・マヨネーズ) 福神漬 乳児…たくあん	じゃこのかみかみクッキー (小麦粉・しらす・バター・砂糖・塩・黒ごま・ベーキングパウダー) 麦茶
2	火	せんべい	ごはん 鮭の塩レモン焼き (鮭・酒・みりん・醤油・砂糖・レモン汁・パセリ) ささみのごま油和え (とりささみ・ほうれん草・もやし・醤油・ごま油・砂糖) なめこのみそ汁 (なめこ・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	抹茶ケーキ (ホットケーキミックス・卵・豆腐・抹茶・小豆・砂糖・牛乳) スキムミルク (脱脂粉乳)
3	水	ソーセージ	ごはん 鶏のさっぱり煮 (鶏肉・醤油・酢・みりん・砂糖・酒) インディアンサラダ (キャベツ・人参・きゅうり・竹輪・カレー粉・酢・砂糖・塩) 大根のスープ (大根・人参・えのき・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	バナナ春巻き (バナナ・餃子の皮・レモン汁・バター・グラニュー糖) 牛乳
4	木	飲むヨーグルト	ごはん 豚肉の生姜焼き (豚肉・玉ねぎ・しょうが・砂糖・醤油・みりん・酒) 納豆サラダ (納豆・人参・きゅうり・チーズ・りんご・シーチキン・酢・砂糖・醤油) もやしのスープ (もやし・コーン・人参・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	もちもちチーズパン (白玉粉・粉チーズ・牛乳) 乳児…マカロニ黄な粉 (マカロニ・黄な粉・砂糖) 麦茶
5	金	バナナ	食パン 野菜のキッシュ (卵・豆腐・ベーコン・玉ねぎ・ほうれん草・生クリーム・チーズ・ケチャップ) コロコロサラダ (じゃがいも・人参・きゅうり・ウインナー・マヨネーズ) わかめのスープ (わかめ・人参・コーン・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	みかん せんべい
6	土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
8	月	ビスケット	ゆかりごはん(ゆかり) 鶏肉の竜田揚げ (鶏肉・しょうが・酒・みりん・醤油・片栗粉) ゆたかあえ (人参・こんにゃく・たくあん・いんげん・黒ごま・醤油・マヨネーズ) 島田汁 (じゃが芋・大根・人参・玉葱・ごぼう・しいたけ・レタス・油揚げ・みそ・かつおだし・さばだし・茶葉)	シュガートースト (食パン・バター・グラニュー糖) スキムミルク・幼児ココア (脱脂粉乳)
9	火	ヨーグルト	ごはん はんぺんフライ (黒はんぺん・小麦粉・卵・パン粉・ソース) ごぼうのサラダ (ごぼう・人参・きゅうり・シーチキン・マヨネーズ・醤油) そうめんスープ (そうめん・人参・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	ひとくち焼き芋 (さつまいも・塩) 麦茶
10	水	ウエハース	ごはん 鮭の梅マヨ焼き (鮭・マヨネーズ・練り梅・みりん) ほうれん草のお浸し (ほうれん草・キャベツ・かつお節・醤油) 大根のみそ汁 (大根・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	チーズまんじゅう (ホットケーキミックス・卵・牛乳・バター・クリームチーズ・砂糖) 牛乳
11	木	チーズ	ごはん ハンバーグ (豚肉・人参・玉ねぎ・卵・パン粉・ケチャップ) さつまいもサラダ (さつまいも・人参・シーチキン・コーン・マヨネーズ) ミネストローネ (人参・じゃが芋・コーン・玉ねぎ・トマト缶・ベーコン・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ)	フルーツサンド (食パン・生クリーム・砂糖・もも缶・みかん缶) 乳児…生クリームなし:ジャム りんごジュース
12	金	ソーセージ	食パン チキン南蛮 (鶏肉・小麦粉・醤油・酒・砂糖・酢・マヨネーズ・卵・こしょう・パセリ) ほうれん草のソテー (ほうれん草・人参・しめじ・コーン・バター・醤油・塩) 野菜スープ (人参・たまねぎ・キャベツ・鶏ガラ)	フルーチェ (いちご味・牛乳) クッキー・ハーベスト(防災食)
13	土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
15	月	バナナ	ハヤシライス (ごはん・玉ねぎ・人参・じゃが芋・牛肉・ハヤシルウ) きゅうりとわかめの酢の物 (きゅうり・わかめ・かまぼこ・しらす・砂糖・酢・塩) ミニトマト	ベイクドチーズケーキ (小麦粉・卵・クリームチーズ・砂糖・生クリーム・レモン汁) 牛乳
16	火	飲むヨーグルト	チャンポン麺 (ラーメン・かまぼこ・人参・玉ねぎ・豚肉・キャベツ・コーン・さやえんどう・鶏ガラ・醤油・片栗粉) チーズ バナナ	いなりずし (ごはん・人参・油揚げ・ごま・醤油・みりん・砂糖) 麦茶

17	水	ビスケット	ごはん 豆腐のきのこあんかけ (豆腐・鶏肉・しめじ・しいたけ・人参・玉ねぎ・白葱・砂糖・醤油・みりん・酢・片栗粉) 小松菜のお浸し (小松菜・キャベツ・かつお節・醤油) 油揚げのみそ汁 (大根・人参・油揚げ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)		ピザトースト (食パン・ベーコン・ピーマン・玉ねぎ・チーズ・ケチャップ)
18	木	ヨーグルト	食パン ヒレかつ (豚肉・卵・小麦粉・パン粉・ソース) 小魚サラダ (しらす・大根・人参・きゅうり・りんご・マヨネーズ) さつま汁 (さつまいも・人参・玉ねぎ・鶏肉・葱・みそ・牛乳・かつおだし・さばだし)		塩焼きそば (やきそば・キャベツ・ピーマン・人参・玉ねぎ・ごま油・中華だし)
19	金	ウエハース	ごはん 白身魚の甘辛煮 (カレイ・小麦粉・醤油・酒・みりん・砂糖) 里芋の五目煮 (里芋・人参・れんこん・ごぼう・こんぶ・醤油・砂糖・みりん) 豚汁 (人参・大根・ごぼう・こんにゃく・豚肉・葱・みそ・かつおだし・さばだし)		マーラーカオ 
20	土		☆発表会☆		スキムミルク・幼児ココア (脱脂粉乳)
22	月	飲むヨーグルト ～冬至～	ごはん のし鶏 (鶏肉・卵・玉ねぎ・醤油・砂糖・みりん) ほうれん草のごま和え (ほうれん草・キャベツ・人参・わかめ・すりごま・醤油・砂糖) しめじのスープ (しめじ・人参・玉ねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)		かぼちゃあん (かぼちゃ・あずき・砂糖・バター)  麦茶 
23	火	チーズ	☆お楽しみ会☆ ～お楽しみ献立～		～お楽しみおやつ～ 
24	水	バナナ	ごはん 鶏肉とさつま芋の中華風煮 (鶏肉・さつま芋・玉葱・ピーマン・しいたけ・ごま油・砂糖・ケチャップ・鶏がら・醤油・片栗粉) キャベツのゆかり和え (キャベツ・きゅうり・ゆかり) 豆腐のみそ汁 (豆腐・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)		スコーン (小麦粉・バター・牛乳・粉チーズ・ベーキングパウダー・砂糖) 牛乳
25	木	野菜ジュース	五目うどん (うどん・人参・大根・玉ねぎ・しいたけ・白菜・油揚げ・鶏肉・醤油・みりん・かつおだし・さばだし) チーズかまぼこ バナナ		おせんべいのおしるこ (せんべい・つぶあん・小豆・砂糖・塩) 麦茶 
26	金	せんべい	もずく丼 (ごはん・もずく・人参・コーン・ピーマン・パプリカ・豚肉・鶏肉・生姜・醤油・砂糖・酒) かぼちゃと厚揚げの煮物 (かぼちゃ・厚揚げ・いんげん・砂糖・醤油・酒・みりん・さばだし) たくあん けんちん汁 (大根・人参・ごぼう・こんにゃく・豆腐・葱・ごま油・醤油・酒・みりん・かつおだし・さばだし)		ドラえもんパン (カスタードクリームパン) 牛乳
27	土	希望保育			ビスケット・野菜ジュース
29	月		☆年末希望保育☆		

	除去はありません
	除去があります

ひよこ組のみチェックをお願いします  
☆12月の1日当たりの平均栄養摂取量です☆

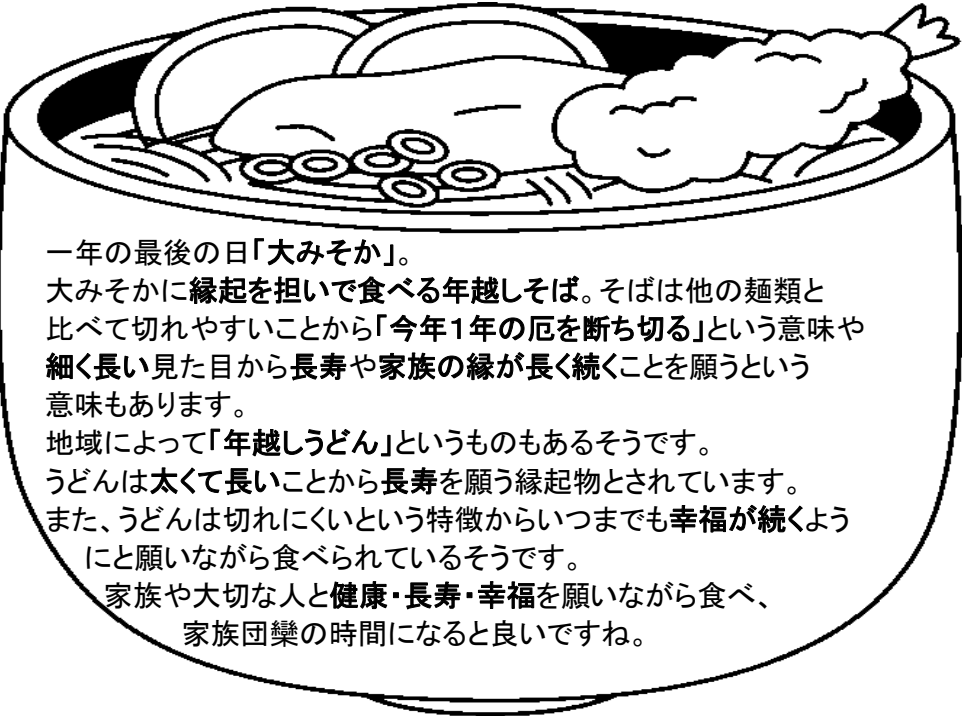
エネルギー(Kcal)	661	549
たんぱく質(g)	25.7	21.6
脂質(g)	21.0	17.1
Ca(mg)	233	228
Vd(g)	29.0	23.0
鉄分(mg)	2.4	2.2
塩分(g)	2.3	2.1

✂ 切日

月 日



～大みそかの年越しそば～



一年の最後の日「大みそか」。  
大みそかに縁起を担いで食べる年越しそば。そばは他の麺類と比べて切れやすいことから「今年1年の厄を断ち切る」という意味や細く長い見た目から長寿や家族の縁が長く続くことを願うという意味もあります。  
地域によって「年越しうどん」というものもあるそうです。  
うどんは太くて長いことから長寿を願う縁起物とされています。  
また、うどんは切れにくいという特徴からいつまでも幸福が続くようにと願いながら食べられているそうです。  
家族や大切な人と健康・長寿・幸福を願いながら食べ、家族団欒の時間になると良いですね。

