

12月の献立表

2025年度 多治見市若草保育園

にち	ようび	午前おやつ	おひるごはん	午後おやつ	未満児	
					エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)
1	月	むらさきいもせん べい	牛乳	ご飯 鶏肉の米パン粉焼き 冬野菜のマヨネーズ和え 豆乳スープ	れんこんチップス (青のり付き)	牛乳 483 1.3
2	火	おこめせん	牛乳	ご飯 うま煮 こまつなとの和えもの 吸物	米粉の小倉蒸しパン	牛乳 456 1.5
3	水	バナナ	牛乳	ご飯 わかさぎの南蛮漬け 白菜のごま和え かみなり汁	南瓜の包み焼き	牛乳 485 1.3
4	木	鉄塩せん	牛乳	ご飯 焼き豆腐のそぼろ味噌かけ ブロッコリーのおかか和え 吸物	揚げきな粉パン	牛乳 493 1.8
5	金	みかん	牛乳	ミートスパゲティー コールスローサラダ 蕎のコンソメスープ	さつまいもの茶巾	牛乳 432 1.5
6	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳 289 0.4
7	日					
8	月	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 厚揚げの煮付け 白菜のお浸し 赤だし	りんごケーキ	牛乳 489 1.7
9	火	鉄塩せん	牛乳	ご飯 マーポー豆腐 華風サラダ バナナ	米粉のカップケーキ	牛乳 518 1.3
10	水	みかん	牛乳	ご飯 秋鮭のねぎだれかけ れんこんのきんぴら 味噌汁	米粉チヂミ	牛乳 462 1.2
11	木	おこめせん	牛乳	焼きそば 春菊のナムル 豆腐のスープ みかん	ふかし芋	牛乳 481 2.0
12	金	むらさきいもせん べい	牛乳	ご飯 鶏肉の照り焼き ジャーマンポテト 白菜のコンソメスープ	米粉マカロニのきな 粉和え	牛乳 472 1.4
13	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳 289 0.4
14	日					
15	月	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 チンジャオロースー ひじきのナムル 中華スープ	りんごとレーズンの 米粉蒸しパン	牛乳 475 1.8
16	火	鉄塩せん	牛乳	ご飯 キーマカレー フレンチサラダ みかん	パンのかりんとう	牛乳 480 1.5
17	水	みかん	牛乳	ご飯 秋鮭の香味焼き ほくほく煮 味噌汁	ヨーグルト和え	牛乳 448 1.3
18	木	むらさきいもせん べい	牛乳	ご飯 さばの味噌漬け焼き キャベツのお浸し のっつい汁	鬼まん	牛乳 483 1.4
19	金	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 鶏肉のスパイス煮 ごぼうサラダ 大豆入りミネストローネ	お好み焼き	牛乳 519 1.7
20	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳 289 0.4
21	日					
22	月	鉄塩せん	牛乳	ご飯 焼き豆腐のそぼろ野菜あんかけ 南瓜の煮物 赤だし	さつま芋チップス	牛乳 453 1.2
23	火	おこめせん	牛乳	チキンライス 冬野菜のサラダ コーンスープ オレンジ	米粉の豆腐ブラウ ニー	牛乳 483 1.4
24	水	バナナ	牛乳	ご飯 さわらの西京焼き にんじんサラダ かぶの吸物	じゃがもち(甘だ れ)	牛乳 488 1.6
25	木	おこめせん	牛乳	ひじきご飯 関東煮 キャベツのごま和え	大学芋	牛乳 454 1.6
26	金	むらさきいもせん べい	牛乳	ご飯 ししゃも焼き 年取りの煮物 赤だし	黒糖ボール	牛乳 400 1.4
27	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳 289 0.4
28	日					
29	月					
30	火					
31	水		大晦日			

\*都合により献立を変更する場合もあります。

\*\*\*旬の食べ物\*\*\*

- 3日 わかさぎの南蛮漬け
- 11日 春菊のナムル
- 22日 冬至献立：南瓜の煮物
- 23日 クリスマス献立 : チキンライス 冬野菜のサラダ コーンスープ オレンジ
- おやつ: 米粉の豆腐ブラウニー
- 26日 年取り献立 : 年取りの煮物

\*\*\*カミカミメニュー\*\*\*

- 10日 れんこんのきんぴら
- 19日 ごぼうサラダ



↑ このマークがカミカミメニューのマークです