



# 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 蕪のコンソメスープ	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 マーボー豆腐 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 シャーマンポテト 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 のっぺい汁	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があります。

## \*\*\*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