



令和7年度12月献立表

日	曜	昼食	原材料	おやつ
1	月	おじゃこご飯 コーンコロッケ のり和え 里芋の味噌汁	米・いりこ コーンコロッケ・油・キャベツ・マヨネーズ ほうれん草・人参・油揚げ・だし・醤油・砂糖・のり 里芋・チンゲン菜・味噌汁	牛乳 肉まん
2	火	中華丼 餃子 大根のすまし汁 バナナ	米・豚肉・白菜・人参・しいたけ・エンドウ・椎茸・鶏ガラ・醤油・砂糖・酒・片栗粉・ごま油 餃子 大根・ワカメ・すまし汁 バナナ	お茶 フレンチトースト (食パン・卵・砂糖・牛乳)
3	水	ご飯 豚肉と春雨の炒め物 白菜のおかか和え キャベツの味噌汁	米 豚肉・春雨・小松菜・赤ピーマン・れんこん・だし・醤油・酒・砂糖・ごま油 白菜・うまい菜・だし・醤油・砂糖・かつお キャベツ・しめじ・味噌汁	牛乳 ミニポテト
4	木	キーマカレー ツナサラダ みかんヨーグルト	米・合挽ミンチ・玉ねぎ・じゃがいも・人参・黄ピーマン・カレールウ 小松菜・コーン・ツナ・醤油・砂糖・オリーブオイル・酢 ヨーグルト・砂糖・みかん缶	牛乳 カルシウムせんべい
5	金	ご飯 鶏肉のタルタル焼き 豆腐の煮物 里芋のすまし汁	米 鶏肉・醤油・砂糖・みりん・タルタルソース・油 豆腐・人参・えだまめ・だし・醤油・みりん・砂糖 里芋・キャベツ・すまし汁	お茶 さつまいも蒸しパン (小麦粉・ベーキングパウダー・牛乳・マーガリン・さつまいも)
6	土	二色丼 白菜の味噌汁	米・ツナ・ほうれん草・醤油・砂糖 白菜・しいたけ・味噌汁	パウムクーヘン
8	月	ご飯 ささみチーズフライ ほうれん草のごま和え 豆腐の味噌汁	ご飯 ささみチーズフライ・油・中濃ソース ほうれん草・人参・だし・醤油・砂糖・すりごま 豆腐・小松菜・味噌汁	牛乳 ウエハース
9	火	コーンラーメン 肉焼売 いんげんのポン酢和え	中華麺・コーン・バター・塩・ほうれん草・鶏ガラ・醤油・塩コショウ 肉焼売 いんげん・ツナ・人参・ポン酢・砂糖	牛乳 ソーセージケーキ (ホットケーキMIX・小麦粉・牛乳・砂糖・マーガリン・魚ソーセージ)
10	水	ご飯 鰯の西京焼き がんもの煮物 さつまいものすまし汁	米 鰯・味噌・砂糖・みりん がんも・人参・えだまめ・だし・醤油・みりん・砂糖 さつまいも・わかめ・すまし汁	お茶 ポテトグラタン (ポテトサラダ・チーズ)
11	木	ハヤシライス 青菜と厚揚げの炒め煮 バナナヨーグルト	米・牛肉・玉ねぎ・じゃがいも・ハヤシルウ 大豆ミンチ・厚揚げ・チンゲン菜・人参・醤油・砂糖・だし・ごま油 ヨーグルト・砂糖・バナナ	牛乳 ピザトースト (食パン・ピザソース・ケチャップ・ピーマン・玉ねぎ・チーズ)
12	金	おじゃこご飯 ホイコーロー 棒棒鷄サラダ じゃがいものすまし汁	米・いりこ 豚肉・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・人参・鶏ガラ・赤味噌・醤油・砂糖・生姜 チキンフレーク・きゅうり・レタス・ごま油・酢・醤油・砂糖 じゃがいも・ほうれん草・すまし汁	お茶 スイートポテト (さつまいも・牛乳・砂糖・マーガリン)
13	土	チャーハン うまい菜の味噌汁	米・ワインナー・玉ねぎ・ねぎ・卵・塩コショウ・鶏ガラ・醤油 わかめ・うまい菜・味噌汁	クリームパン
15	月	ご飯 かぼちゃフライ プロッコリーサラダ 肉団子のスープ	米 かぼちゃ・合挽ミンチ・パン粉・卵・塩コショウ・油・中濃ソース・サニーレタス プロッコリー・イタリアン野菜ミックス・醤油・砂糖・オリーブオイル・酢 うまい菜・チキンボール・コンソメスープ	お茶 オレンジ

◆アレルギー表記は対象者に向けての記載ですので、全ての表示ではありません。

※1~2歳児以下の朝のおやつは牛乳と市販のお菓子になります。

アスパラガスビスケット・マンナビスケット・ちよぼちよぼクッキー(卵)
たべっこビスケット・星たべよ

※おやつの赤字は手作りです。

※仕入れなどの都合により、献立を変更する場合があります。



なかよしこども園

日	曜	昼食	原材料	おやつ
16	火	おじゃこご飯 すき焼き風煮 チゲン菜のごま Mayo 和え さつまいもの味噌汁	米・いりこ 牛肉・玉ねぎ・しらたき・白菜・焼き豆腐・だし・醤油・砂糖・酒・みりん チゲン菜・コーン・醤油・砂糖・マヨネーズ・すりごま さつまいも・大根葉・味噌汁	牛乳 マシュマロサンド (クラッカー・マシュマロ)
17	水	ご飯 豚肉と厚揚げの炒め物 切干大根の煮物 かぶのすまし汁	ご飯 豚肉・厚揚げ・チゲン菜・赤ピーマン・もやし・鶏ガラ・醤油・酒・砂糖・生姜・油 切干大根・人参・えだまめ・だし・醤油・砂糖・みりん かぶ・しめじ・ねぎ・すまし汁	牛乳 フライドポテト
18	木	焼き鳥丼 豆腐サラダ 白菜の味噌汁	米・鶏肉・小麦粉・玉ねぎ・醤油・酒・みりん・のり 豆腐・ブロッコリー・トマト・ごまドレッシング 白菜・ワカメ・味噌汁	お茶 きな粉揚げパン (コッペパン・油・きな粉・砂糖・塩)
19	金	わかめご飯 五目うどん じゃこピーマン みかん	ご飯・ワカメ・塩 うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・小松菜・だし汁 ピーマン・しらす・醤油・砂糖・みりん・油 みかん	牛乳 人参もち (人参・米粉・砂糖・豆乳・塩・きな粉)
20	土	チキンカレー 小松菜とツナのサラダ	米・鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレールウ 小松菜・ツナ・コーン・醤油・砂糖・オリーブオイル・酢	マドレーヌ
22	月	おじゃこご飯 唐揚げ 春雨サラダ 大根の味噌汁	米・いりこ 唐揚げ・油・マヨネーズ 春雨・コーン・きゅうり・醤油・砂糖・酢・ごま油 大根・ワカメ・味噌汁	牛乳 パイン
23	火	ご飯 豚肉の生姜焼き ひじきの煮物 豆腐のすまし汁	ご飯 豚肉・玉ねぎ・黄ピーマン・キャベツ・醤油・砂糖・塩コショウ・生姜 ひじき・人参・うす揚げ・だし・醤油・砂糖・みりん 豆腐・小松菜・すまし汁	牛乳 タマゴサンド (コッペパン・タマゴサラダ)
24	水	ケチャップライス もみの木ハンバーグ パンプキンサラダ	米・玉ねぎ・ピーマン・コーン・ケチャップ もみの木ハンバーグ パンプキンサラダ	りんごジュース 3.4.5歳 ショートケーキ 1.2歳 ロールケーキ
25	木	親子丼 人参しりしり えのきの味噌汁	米・鶏肉・小麦粉・玉ねぎ・だし・醤油・酒・みりん・砂糖・卵 人参・ツナ・醤油・砂糖・みりん・ごま油 えのき・うまい菜・味噌汁	牛乳 ピザまん
26	金	ご飯 白身魚フライ マカロニサラダ 豚汁	米 たらフライ・油・キャベツ・和風ドレッシング マカロニ・マヨネーズ・人参・きゅうり 豚肉・里芋・人参・大根・ねぎ・味噌汁	牛乳 クッキー



年末年始休み（～令和8年1月4日）



※抗酸化作用・・・免疫機能の低下を引き起こす「活性酸素」の発生や働きを抑える作用のこと