

2025年度 12月 給食献立予定表

※オレンジ色はこすもす組のリクエストメニューです

認定こども園あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	午後のおやつ	材 料 名		
				赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの
1月	○	キッズピビンバ ふかし芋 果物 みそ汁	麦茶 焼きビーフン	豚ひき肉 鶏ひき肉 /ツナ	もやし ほうれん草 人参 ねぎ /玉ねぎ 人参 ねぎ 果物 玉ねぎ	米 押麦 ごま 油 砂糖 ごま油 さつまいも/ビーフン 油
2火	○	麦ご飯 果物 さわらのみそ焼き ひじき煮 けんちん汁	麦茶 ココア蒸しパン	さわら みそ/牛乳 ひじき 油揚げ 鶏もも肉	人参 いんげん 大根 花形人参 ごぼう ねぎ 玉ねぎ 白菜 玉ねぎ 人参 もやし 筍 ねぎ	米 押麦 砂糖/ホットケーキ粉 砂糖 バター 砂糖 油 砂糖
3水	○	ラーメン スマイルポテト チーズ 果物	麦茶 ウインナーロールパン	豚もも肉 なんと /ウインナー チーズ		中華生麺 油 ごま油 片栗粉 じゃがいも 油/ロールパン
4木	○	麦ご飯 果物 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ おでん風具だくさん汁	麦茶 抹茶クッキー	鶏もも肉/牛乳 ロースハム 黒はんぺん ちくわ なんと	きゅうり 人参 大根 人参	米 押麦 片栗粉 油/ホットケーキ粉 砂糖 バター マカロニ マヨネーズ 砂糖
5金	○	～非常食を食べる体験をします～ せんいのめぐみパン やさしいクリームスープ ミニゼリー	麦茶 わかめおにぎり	/わかめ	玉ねぎ 人参 しめじ	パン/米 油 じゃがいも シチュールウ ミニゼリー
6土	○	中華丼 小魚 果物 みそ汁	麦茶 せんべい	豚もも肉 なんと いわし	キャベツ 玉ねぎ 人参 椎茸 筍 ビーマン	米 押麦 油 ごま油 片栗粉 砂糖 砂糖 ごま/せんべい
8月	○	麦ご飯 果物 タンドリーチキン ブロッコリー 千草和え かぶのポトフ	麦茶 かりんとうど	鶏もも肉 ヨーグルト 油揚げ ウインナー	果物 玉ねぎ えのき 果物 ブロッコリー ほうれん草 キャベツ 人参 しらたき 玉ねぎ 人参 かぶ	米 押麦 /食パン バター 砂糖 黒砂糖 砂糖 ごま油 じゃがいも
9火	○	麦ご飯 果物 まぐろのかりん揚げ 中華大根サラダ 白菜のみそ汁	麦茶 焼きいも	かじきまぐろ ロースハム 油揚げ みそ	果物 大根 人参 きゅうり 玉ねぎ 白菜	米 押麦 油 片栗粉 砂糖 ごま/さつまいも ごま油 砂糖
10水	○	スパゲティーミートソース コーンサラダ 果物 わかめのスープ	麦茶 カラメルプリン	豚ひき肉 /牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん トマト キャベツ 人参 きゅうり とうもろこし 果物 玉ねぎ 人参	スパゲティー 油 砂糖 片栗粉 油 砂糖
11木	○	食パン 果物 ハンバーグ シルバーサラダ かぼちゃの豆乳スープ	麦茶 コロッケ	豚ひき肉 豆腐 ロースハム 豆乳	果物 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ かぼちゃ	食パン パン粉/コロッケ 油 春雨 マヨネーズ 砂糖
12金	○	麦ご飯 果物 たらのお好み焼き風 納豆和え 豚汁	麦茶 ふわっとふー	たら 青のり 納豆 豚もも肉 みそ	果物 キャベツ 小松菜 人参 大根 玉ねぎ 人参 ごぼう	米 押麦 マヨネーズ/麩 バター グラニュー糖 砂糖
13土	○	マーボー豆腐丼 もやしの中華和え 果物 すまし汁	麦茶 クッキー	豚ひき肉 豆腐 みそ	玉ねぎ 人参 ねぎ 椎茸 もやし きゅうり 果物 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 片栗粉 ごま油 油 ごま油 砂糖/クッキー 麩
15月	○	麦ご飯 果物 カレーのコーンマヨネーズ焼き ハムサラダ 大根のみそ汁	麦茶 肉まん	カラスカレイ ロースハム 豆腐 みそ	果物 どうもろこし キャベツ 人参 きゅうり 大根 玉ねぎ	米 押麦 マヨネーズ/肉まん 砂糖 油
16火	○	伊豆しかカレー 煮豆 チーズ ヨーグルト	麦茶 リンゴマフィン	しかひき肉 金時豆/牛乳 チーズ ヨーグルト	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ /りんご	米 押麦 カレールウ 油 じゃがいも 砂糖/ホットケーキ粉 砂糖 バター
17水	○	黒米ご飯 お楽しみケーキ クリスマスチキン ブロッコリー ポテトサラダ トマトスープ	麦茶 きな粉シュガーパイ	生クリーム 鶏もも肉/牛乳 ツナ ウインナー	ブロッコリー きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 トマト	米 黒米 ごま ロールケーキ カラスプレー コーンフレーク/パイ生地 きな粉 グラニュー糖 じゃがいも マヨネーズ バター
18木	○	麦ご飯 果物 魚のフライ 大豆の磯煮 さつまいものみそ汁	麦茶 半月ピザ	しいら/ウインナー チーズ 大豆水煮 ひじき 油揚げ みそ	果物 /どうもろこし 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油/餃子の皮 砂糖 油 さつまいも
19金	○	麦ご飯 ふりかけ 果物 肉じゃが キャベツの塩昆布和え みそ汁	麦茶 サンドパン	ふりかけ 豚もも肉 塩昆布 わかめ みそ	果物 玉ねぎ 人参 いんげん キャベツ 人参 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 じゃがいも 砂糖 油/食パン ジャム
20土	○	チキンライス 焼きポテト 果物 野菜スープ	麦茶 カステラ	鶏もも肉	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ 果物 玉ねぎ もやし チンゲン菜	米 押麦 油 じゃがいも 油/カステラ
22月	○	麦ご飯 果物 カレーのオーロラソース焼き れんこんのきんぴら みそ汁	麦茶 たこ焼き	カラスカレイ/青のり 鶏もも肉 みそ	れんこん 人参 糸こんにゃく どうもろこし 玉ねぎ ねぎ 果物	米 押麦 マヨネーズ/たこ焼き ごま 油 ごま油 砂糖 麩
23火	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き 中華春雨サラダ 豆腐のスープ	麦茶 クリームパン	鶏もも肉 ロースハム 豆腐	きゅうり 人参 玉ねぎ 筍	米 押麦 マーマレード/クリームパン 春雨 ごま油 砂糖
24水	○	麦ご飯 果物 さばの香味焼き フレンチサラダ みそ汁	麦茶 シリアルパー	さば 油揚げ みそ	果物 ねぎ キャベツ 人参 きゅうり とうもろこし 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖/コーンフレーク マシュマロ バター 砂糖 油
25木	○	麦ご飯 果物 花シュウマイ ツナマヨサラダ コーンスープ	麦茶 ペンネナポリタン	豚ひき肉 豆腐/ウインナー ツナ	果物 玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ/玉ねぎ ビーマン きゅうり 人参 玉ねぎ 星形人参 どうもろこし	米 押麦 シュウマイの皮 パン粉 ごま油 砂糖 片栗粉/ペンネ バター マヨネーズ
26金	○	麦ご飯 果物 鮭のパン粉焼き ブロッコリー 切干大根煮 みそ汁	麦茶 キャラメルコーン	生鮭 粉チーズ 油揚げ わかめ みそ	果物 ブロッコリー 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 パン粉 油/キャラメルコーン 砂糖 油
27土	○	焼きそば チーズ 果物 すまし汁	麦茶 せんべい	豚もも肉 チーズ	玉ねぎ 人参 キャベツ ビーマン 果物 玉ねぎ 人参 筍	中華蒸麺 油 ごま油 /せんべい
29月	○	ピラフ ミニポテト ゼリー コンソメスープ	麦茶 どうぶつビスケット	鶏もも肉 ウインナー	玉ねぎ 人参 しめじ ビーマン どうもろこし 玉ねぎ チンゲン菜	米 押麦 バター じゃがいも 油/ビスケット ゼリー

※屋の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。

※栄養価は、お昼とおやつ合計です。 教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。

※仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります ※「/」以降は、おやつで使用される食材です。

1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
乳児	494kcal	21.0g	16.9g	1.5g
幼児	546kcal	22.3g	16.6g	1.7g