

# 2025年度12月 献立予定表



ニチイキッズあいすみさかふじ保育園



日付 (月)	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ( ) 内は3歳未満児
			午後おやつ	
1 15	ご飯 こまつなのおみそ汁 ポークチャップ さといものサラダ みかん	牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、こまつな、もやし、まいたけ、みそ／豚肉(もも)、たまねぎ、おろししょうが、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース／さといも、きゅうり、にんじん、カレー粉、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ／みかん／牛乳／クリームチーズ、牛乳、卵、砂糖、油、しょうゆ、小麦粉、ベーキングパウダー	牛乳 おせんべい	516(480) kcal 22.8(21.3) g 16.5(16.3) g
2 16 (火)	ご飯 炒めごぼう汁 さけのみぞれ煮 キャベツのすりごま和え りんご	牛乳／ピスケット／米／かつお・昆布だし汁、ごぼう、たまねぎ、油揚げ、しょうゆ、食塩／油、さけ、片栗粉、砂糖、しょうゆ、だいこん／ほうれんそう、キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、すりごま／りんご／牛乳／干しうどん、ごま油、豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、もやし、たまねぎ、コーン(冷凍)、食塩、水、鶏がらスープの素、しょうゆ、みそ、豆乳	牛乳 ピスケット	532(496) kcal 25.9(23.8) g 13.4(14.2) g
			牛乳 豆乳ちゃんぽんうどん	
3 17 (水)	ご飯 さつまいものおみそ汁 鶏肉のねぎ塩焼き 春雨の炒め物 バナナ	牛乳／カルテツウエハース／米／かつおだし汁、さつまいも、切り干しだいこん、カットわかめ、みそ／鶏もも肉、ねぎ、おろししょうが、片栗粉、レモン果汁、食塩、みりん、鶏がらスープの素／ごま油、はるさめ、にんじん、もやし、ピーマン、砂糖、しょうゆ／バナナ／牛乳／油、じゃがいも、チーズ、片栗粉、しょうゆ、食塩、みりん	牛乳 ウエハース	492(468) kcal 20.7(19.4) g 10.3(12.5) g
			牛乳 チーズいももち	
4 18 (木)	ご飯 じゃがいものおみそ汁 さばのカレー煮 プロッコリーの甘酢あえ オレンジ	牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、じゃがいも、もやし、カットわかめ、みそ／かつおだし汁、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、さば、片栗粉、カレー粉／プロッコリー、きゅうり、コーン(冷凍)、砂糖、食塩、酢／オレンジ／牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、ココア(ピュアココア)、砂糖、牛乳、油	牛乳 おせんべい	544(503) kcal 23.3(21.6) g 18.6(17.9) g
			牛乳 ブランケット	
5 19 (金)	チキンカレー かぶのおみそ汁 プロッコリーの塩ナムル りんご	牛乳／ピスケット／米、油、たまねぎ、鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、ピーマン、カレールウ、かつおだし汁、砂糖、いちごジャム、鶏がらスープの素、片栗粉／かつおだし汁、かぶ・葉、しめじ、米みそ(甘みそ)／プロッコリー、コーン(冷凍)、ごま、ごま油、食塩／りんご／牛乳／5日：米、こんぶ(だし用)、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリンピース、食塩、しょうゆ／19日：バナナ、もも缶、みかん缶、りんご濃縮果汁、かんてん(粉)、砂糖	牛乳 ピスケット	550(510) kcal 19.3(18.5) g 13.7(14.5) g
			牛乳 5日:ピラフ／19日:フルーツポンチ	
6 20 (土)	ご飯 チンゲンサイのすまし汁 さわらのみぞ照り焼き 蒸し野菜のサラダ みかん	牛乳／カルテツウエハース／米／かつお・昆布だし汁、チングンサイ、たまねぎ、カットわかめ、食塩、しょうゆ／さわら、おろししょうが、砂糖、みりん／じゃがいも、キャベツ、コーン(冷凍)、砂糖、食塩、油、レモン果汁／みかん／牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、ヨーグルト(無糖)、いちごジャム、無塩バター	牛乳 ウエハース	502(476) kcal 21.0(19.6) g 14.4(15.8) g
			牛乳 ソフトピスケット	
8 22 (月)	ひじきの混ぜご飯 キャベツのおみそ汁 かれいの磯辺焼き 塩きんぴら バナナ	牛乳／クラッカー／米、こんぶ(だし用)、ひじき、油揚げ、にんじん、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ／かつおだし汁、キャベツ、もやし、ねぎ、みそ／かれい、しょうゆ、みりん、米粉、片栗粉、あおのり、水、油／油、しらす干し、切り干しだいこん、にんじん、こまつな、食塩、水、ごま油、ごま／バナナ／牛乳／かんてん(粉)、コーンスター、ココア(ピュアココア)、砂糖、豆乳／お子様せんべい	牛乳 クラッカー	519(485) kcal 24.2(22.5) g 14.0(14.7) g
			牛乳 ココアムース・おせんべい	
9 23 (火)	ご飯 たまねぎのおみそ汁 さけのみりん焼き 筑前煮 りんご	牛乳／ピスケット／米／かつおだし汁、こまつな、たまねぎ、えのきだけ、米みそ(甘みそ)／さけ、食塩、しょうゆ、みりん／油、鶏もも肉、だいこん、ごぼう、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリンピース(冷凍)／りんご／牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、無塩バター、レモン果汁	牛乳 ピスケット	533(497) kcal 25.0(23.0) g 14.8(15.4) g
			牛乳 マドレーヌ	
10  (水)	ご飯 クリームシチュー 鶏肉のマーマレード焼き うまっこりー みかん	牛乳／カルテツウエハース／米／たまねぎ、さつまいも、はくさい、水、鶏がらスープの素、豆乳、米粉、食塩／鶏もも肉、マーマレード、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ／プロッコリー、カリフラワー、にんじん、しょうゆ、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、すりごま、かつお節／みかん／牛乳／小麦粉、砂糖、油、食塩	牛乳 ウエハース	548(513) kcal 23.0(21.2) g 16.1(17.1) g
			牛乳 ちんすこう	
24  (水)	ケチャップライス クリームシチュー 鶏肉のマーマレード焼き うまっこりー みかん	牛乳／カルテツウエハース／米、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、ケチャップ、食塩、鶏がらスープの素／たまねぎ、さつまいも、はくさい、水、鶏がらスープの素、豆乳、米粉、食塩／鶏もも肉、マーマレード、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ／プロッコリー、カリフラワー、にんじん、しょうゆ、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、すりごま、かつお節／みかん／牛乳／ほうれんそう、ホットケーキ粉、牛乳、卵、砂糖、いちごジャム、もも缶(黄桃)、生クリーム、砂糖、粉糖	牛乳 ウエハース	553(517) kcal 24.6(22.5) g 13.4(15.0) g
			牛乳 ツリーケーキ	
11 25 (木)	豚丼 さといものすまし汁 ほうれん草の酢みそ和え オレンジ	牛乳／お子様せんべい／米、油、たまねぎ、豚肉(肩もも)、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、グリンピース(冷凍)／かつお・昆布だし汁、さといも、カットわかめ、食塩、しょうゆ／ほうれんそう、もやし、にんじん、みそ、ごま、砂糖、酢／オレンジ／牛乳／ごま油、木綿豆腐、ひじき、コーン(冷凍)、小麦粉、片栗粉、鶏がらスープの素、しょうゆ	牛乳 おせんべい	501(468) kcal 25.0(23.0) g 14.7(14.9) g
			牛乳 豆腐のお焼き	
12 26 (金)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 かれいのコーンフレーク焼き ケチャップソテー オレンジ	牛乳／ピスケット／米／かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、えのきだけ、みそ／かれい、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ、コーンフレーク／油、豚ひき肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、コーン(冷凍)、ケチャップ、鶏がらスープの素／オレンジ／牛乳／油、黒ごま、牛乳、ホットケーキ粉	牛乳 ピスケット	509(477) kcal 23.0(21.4) g 13.7(14.5) g
			牛乳 ごまだなつ	
13 27 (土)	ご飯 豆腐のおみそ汁 肉かぼちゃ はくさいのおかか和え バナナ	牛乳／カルテツウエハース／米／かつおだし汁、木綿豆腐、葉ねぎ、米みそ(甘みそ)／油、たまねぎ、豚肉(もも)、かぼちゃ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリンピース(冷凍)／はくさい、にんじん、きゅうり、かつお節、しょうゆ／バナナ／牛乳／食パン、しらす干し、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、あおのり	牛乳 ウエハース	506(479) kcal 20.1(18.9) g 11.5(13.5) g
			牛乳 じゃこトースト	

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前に試し下さい。



12月平均栄養量
519(485) kcal
22.6(21.2) g
14.1(14.9) g