

2025年12月

予 定 献 立 表

新町こども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	月	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 中華きゅうり チンゲンサイみそ汁	★ボンデケージョ 牛乳	米、白玉粉、小麦粉、 砂糖、ごま油	牛乳、生揚げ、豚肉 (ばら)、チーズ、粉 チーズ、米みそ(淡色 辛みそ)	グレープフルーツ、たま ねぎ、きゅうり、キャベツ、 チンゲンサイ、にんじん、 ピーマン、たけのこ(ゆ で)、ごま、しょうが、カット	牛乳
2	火	麻婆春雨丼 小松菜と桜エビのごま和え 豆腐と青菜の中華スープ オレンジ	★クッキー 牛乳	米、小麦粉、はるさ め、バター、砂糖、片 栗粉、くるみ、油、ご ま油	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、油揚げ、米み そ(甘みそ)、さくらえ び	オレンジ、はくさい、こま つな、ほうれんそう、にん じん、たけのこ(水煮 缶)、しいたけ、すりごま、 にんにく、しょうが	ヨーグルト
3	水	御飯 さばのみそ煮 コールスローサラダ ワンタンスープ	★スイートポテト 牛乳	さつまいも、米、砂 糖、ワンタンの皮、マ ヨネーズ、無塩バ ター、ごま油	牛乳、さば、鶏ひき 肉、ハム、米みそ(淡 色辛みそ)、卵、卵 (黄)	みかん、キャベツ、ねぎ、 にんじん、しいたけ、コー ン(冷凍)、しょうが	FeCaウエハース
4	木	味噌ラーメン 揚げ餃子 きゅうりのピクルス 鉄チーズ	せんべい ジュース	中華めん 冷凍、砂 糖	豚肉(肩ロース)、なる と	りんご天然果汁、キャベ ツ、もやし、きゅうり、にん じん、コーン缶、にら、赤 ピーマン	おやつ小魚
5	金	御飯 油淋鶏 小松菜とコーンのゴママヨ マカロニスープ	★ホットケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、 マヨネーズ、マカロ ニ・スパゲティ、砂糖、 片栗粉、油、ごま油	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、ちくわ、ペーコ ン、淡色みそ	バナナ、こまつな、キャベ ツ、たまねぎ、コーン缶、 いちごジャム、ねぎ、にん じん、すりごま	ビスケット
6	土	パン 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
7	日						
8	月	すき焼き丼 キャベツごま和え わかめスープ グレープフルーツ	★チーズ蒸しパン 牛乳	米、ホットケーキ粉、 砂糖	牛乳、焼き豆腐、豚 肉(肩ロース)、卵、とろ けるチーズ、米みそ (甘みそ)	グレープフルーツ、キャ ベツ、たまねぎ、ねぎ、に んじん、コーン缶、ほうれ んそう、えのきたけ、すり ごま、カットわかめ	牛乳
9	火	ハヤシライス きゅうりとキャベツの梅和え バナナヨーグルト	★ももサンド 牛乳	七分つき米、じゃがい も、サンドイッチパン、 押麦、砂糖	牛乳、ヨーグルト(無 糖)、豚肉(ばら)、生ク リーム	バナナ、たまねぎ、きゅう り、もも缶(白桃)、にんじ ん、キャベツ、マッシュ ルーム、うめ干し	野菜ジュース
10	水	かきあげうどん ささみの梅サラダ バナナ	★お好み焼き 牛乳	ゆでうどん、小麦粉、 さつまいも、油	牛乳、鶏ささ身、油揚 げ、干しえび、かつお 節	バナナ、キャベツ、もや し、たまねぎ、きゅうり、に んじん、ねぎ、コーン(冷 凍)、うめ干し、カットわか め、あおのり	Caチーズせんべい
11	木	ロールパン 白身魚のフライ ウインナーのケチャップ炒め たまごスープ	★フルーツヨーグルト	ロールパン	ヨーグルト(無糖)、ウイ ンナーソーセージ、卵	オレンジ、キャベツ、たま ねぎ、バナナ、もも缶(白 桃)、みかん缶、プロッコ リー、パイン缶、しいた け、にら、いちごジャム、	チーズ
12	金	御飯 肉じゃが マカロニサラダ 大根のみそ汁	ゼリー	米、じゃがいも、マカ ロニ・スパゲティ、マヨ ネーズ、砂糖、油	木綿豆腐、生揚げ、 豚肉(肩ロース)、米み そ(淡色辛みそ)、油 揚げ	グレープフルーツ、にん じん、たまねぎ、だいこ ん、キャベツ、きゅうり、ね ぎ	飲むヨーグルト
13	土						
14	日						
15	月	御飯 マーボー豆腐 れんこんの炒め煮 たまねぎのみそ汁	★パウンドケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、 砂糖、無塩バター、ご ま油、片栗粉、油	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、卵、米みそ (淡色辛みそ)、米み そ(甘みそ)	オレンジ、れんこん、たま ねぎ、にんじん、チンゲン サイ、ねぎ、しいたけ、 ピーマン、にら、カットわ かめ	牛乳
16	火	親子丼 スパサラ なめことわかめのみそ汁 グレープフルーツ	★スノーボール 牛乳	米、片栗粉、砂糖、サ ラダ用スパゲティ、無 塩バター、小麦粉、ご まドレッシング	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、卵、なると、ハ ム、米みそ(淡色辛み そ)	グレープフルーツ、たま ねぎ、レタス、にんじん、 ねぎ、なめこ、きゅうり、し いたけ、カットわかめ	ヨーグルト

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
17	水	コーンカレー 大根サラダ 福神漬 バナナヨーグルト	★ごままんじゅう 牛乳	七分つき米、じゃがい も、ホットケーキ粉、マ ヨネーズ、押麦、油	牛乳、ヨーグルト(無 糖)、豚肉(肩ロース)、 こしあん(生)、ツナ油 漬缶	バナナ、たまねぎ、にん じん、レタス、きゅうり、福 神漬、コーン(冷凍)、だ いこん、すりごま	FeCaウエハース
18	木	かやく御飯 シュウマイ きゅうりの昆布あえ 豆腐なめこみそ汁	★おたのしみ 牛乳	七分つき米	牛乳、ヨーグルト(加 糖)、ヨーグルト(無 糖)、木綿豆腐、鶏も も肉、油揚げ、米みそ (淡色辛みそ)、チー	きゅうり、キャベツ、なめ こ、しめじ、にんじん、ご ぼう、塩こんぶ、カットわ かめ	おやつ小魚
19	金	焼きそば ミニコッペパン ツナポテトサラダ 豆腐スープ	★わかめおにぎり 牛乳	焼きそばめん、じゃが いも、七分つき米、 ロールパン、マヨネー ズ、油	牛乳、木綿豆腐、豚 肉(ばら)、チーズ、ツ ナ油漬缶	キャベツ、たまねぎ、きゅ うり、もやし、にんじん、ね ぎ、ごま、カットわかめ、 あおのり	ビスケット
20	土	パン 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
21	日						
22	月	中華丼 きゅうりの中華サラダ たまねぎのみそ汁 バナナ	★メロンパン 牛乳	七分つき米、食パン、 小麦粉、砂糖、マー ガリン、押麦、片栗 粉、ごま油、グラ ニュー糖	牛乳、豚肉(肩ロー ス)、米みそ(淡色辛 みそ)、卵	バナナ、たまねぎ、きゅう り、キャベツ、もやし、に んじん、チンゲンサイ、た けのこ(ゆで)、しいたけ、 ごま、黒きくらげ、しょう	牛乳
23	火	御飯 さけのみそマヨ焼き 切干大根の旨煮 厚揚げのみそ汁	パン 牛乳	米、焼お、マーガリ ン、砂糖、マヨネーズ	牛乳、さけ、生揚げ、 米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ	みかん、キャベツ、にんじ ん、たまねぎ、えのきた け、切り干しだいこん	野菜ジュース
24	水	カレーうどん コロコロサラダ グレープフルーツ	★チョコまん 牛乳	ゆでうどん、じゃがい も、ホットケーキ粉、マ ヨネーズ	牛乳、魚肉ソーセー ジ、豚肉(肩ロース)、 油揚げ、チーズ	グレープフルーツ、たま ねぎ、にんじん、きゅうり、 ねぎ	Caチーズせんべい
25	木	ケチャップライス ハンバーグ ポテトサラダ コーンクリームスープ	★クリスマスケーキ 牛乳	七分つき米、じゃがい も、ホットケーキ粉、無 塩バター、砂糖、マヨ ネーズ、油、片栗粉	牛乳、鶏もも肉、卵、 生クリーム、鶏ひき 肉、ハム	たまねぎ、クリームコー ン缶、きゅうり、コーン缶、 いちご、にんじん、ピーマ ン、しょうが、にんにく	チーズ
26	金	御飯 大根そぼろ煮 キャベツのツナマヨあえ ほうれん草みそ汁	せんべい ジュース	米、マヨネーズ、砂 糖、片栗粉	豚ひき肉、さつま揚 げ、ツナ油漬缶、米 みそ(淡色辛みそ)、 油揚げ、淡色みそ	りんご天然果汁、だいこ ん、キャベツ、きゅうり、に んじん、たまねぎ、ほうれ んそう(冷凍)	飲むヨーグルト
27	土	パン 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
28	日						
29	月						
30	火						
31	水						
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エ ネ ル ギ ー		461 kcal			
		た ん ぱ く 質		16.6 g			
		脂 質		16.0 g			
		塩 分		1.6 g			

○献立は仕入れの都合により変更することがあります
○土曜のおやつは人数が確定してから決めます
○★印は手作りおやつです