



今月の平均カロリー400kcal
たんぱく質17.3g 脂質18.7g 食塩相当量1.7g
(パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

令和7年度
12月号
すきのこ保育園

★新メニュー

	献立名	未満児主食	離乳食	おやつ	備考
1 月	みそ味肉豆腐 ひじきの炒め物 きのこ汁 グレープフルーツ	ごはん	豆腐みそ煮 玉ねぎ甘煮	前:牛乳 後:牛乳 ココアパナナホットケーキ	
2 火	エビチリ風 大根ツナマヨ和え 中華スープ りんご	ごはん	大根と人参の煮物 ツナとキャベツの煮物	前:のむヨーグルト 後:コロコロゼリー	
3 水	ミートソーススパゲッティー コーンサラダ ふわふわスープ パイナップル	ジャムサンド	ぐたくたパスタ じゃがいもマッシュ	前:牛乳 後:牛乳 チーズ	
4 木	鮭みそチーズ焼き 白菜のゆかり和え 鶏汁 オレンジ	ごはん	鮭和風煮 とろとろ白菜	前:牛乳 後:牛乳 黒糖蒸しパン	
5 金	さつまいもカレー 福神漬 三色ピクルス ワカメ玉子スープ ソフール	カレーライス	シチュー さつまいも甘煮	前:ヤクルト 後:牛乳 あんまん	
6 土	ギョーザ きゅうり塩昆布漬け 味噌コーンラーメン バナナ	味噌コーンラーメン	刻みキュウリ 豚肉と人参甘煮	前:牛乳 後:麦茶 お菓子	
8 月	麻婆豆腐 チヨレギサラダ ニラ玉汁 キウイフルーツ	ごはん	中華あんかけ豆腐 キャベツの煮物	前:牛乳 後:牛乳 ハムチーズケーキ	
9 火	さんま蒲焼き 大根の酢の物 豚キャベ汁 パイナップル	ごはん	鮭の煮物 豚キャベ煮	前:のむヨーグルト 後:イチゴバロア	未満児(さんま→鮭)
10 水	鶏肉ホワイトソース煮 ブロッコリーサラダ トマト卵スープ オレンジ	食パン	鶏肉ミルク煮 ブロッコリースープ煮	前:牛乳 後:麦茶 こびりっこ	
11 木	ホキチーズフライ ほうれん草ごま和え くじら汁 りんご	ごはん	ホキしようゆ煮 刻みほうれん草	前:牛乳 後:牛乳 ふかしいも	
12 金	ほうれん草カレー 福神漬 カリカリサラダ 大根スープ バナナ	カレーライス	肉じゃが風 大根スープ煮	前:ヤクルト 後:牛乳 きな粉揚げパン	
13 土	クリスマスお遊戯会			前:麦茶 後:—	
15 月	豚生姜焼き 野菜サラダ なめこ汁 オレンジ	ごはん	豚肉やわらか煮 キャベツ甘煮	前:牛乳 後:フルーチェ	
16 火	さば味噌煮 たらこ和え さつま汁 グレープフルーツ	ごはん	ホキみそ煮 さつまいもと人参の煮物	前:のむヨーグルト 後:牛乳 フレンチトースト	未満児(さば→ホキ)
17 水	ミックスフライ シーザーサラダ ミネストローネ キウイフルーツ	黒糖ロール	ぐたくたマカロニ じゃがいもと人参の煮物	前:牛乳 後:カップdeヤクルト	
18 木	クリスマスランチ	★グラタントースト	鶏肉トマト煮 ブロッコリーの煮物	前:牛乳 後:ジョア ロールケーキ	誕生会 完全給食
19 金	ハヤシライス 福神漬 海藻サラダ もずくスープ りんご	ハヤシライス	ミルクシチュー 刻みキュウリ	前:ヤクルト 後:リンゴJ クリスマスおやつ	1号終業
20 土	お弁当交流デー			前:牛乳 後:麦茶 お菓子	
22 月	親子煮 かぼちゃ甘煮 きゅうりの酢の物 しめじの味噌汁 パイナップル	親子丼	鶏肉やわらか煮 かぼちゃ甘煮	前:牛乳 後:牛乳 チョコバナナ	
23 火	ほっけのカレー焼き 小松菜の煮びたし 体ポカポカ汁 オレンジ	ごはん	ほっけの煮物 豆腐と人参の煮物	前:のむヨーグルト 後:麦茶 麦のラスク	
24 水	カルボナーラ トマトサラダ 白菜とベーコンのスープ りんご	ステイックパン	白菜スープ煮 刻みトマト	前:牛乳 後:プリン	サンドイッチ作り 完全給食
25 木	枝豆ミートローフ コロコロサラダ クラムチャウダー グレープフルーツ	ごはん	煮込みハンバーグ ミルクボテト	前:牛乳 後:牛乳 せんべい	
26 金	チーズカレー 福神漬 春雨サラダ ビーンズスープ バナナ	カレーライス	肉じゃが風 さつまいも甘煮	前:ヤクルト 後:麦茶 野菜チップス	
27 土	えび天 野菜天 おひたし 年越しうどん みかん缶	年越しうどん	ぐたくたうどん とろとろほうれん草	前:牛乳 後:麦茶 お菓子	

12/28～1/4はお休みです

