

2025年度 12月 給食予定献立表

2025年12月

つくし保育園

曜日	日付	献立名	主な材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ ○は10:00・18:30、○は15:00	
			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		
月	1	きんぴらそばうどん きゅうりともやしのすのもの はくさいとあつあげのみそしる	米、○小麦粉、○きび糖、○バター、○油、三温糖、ごま油、三温糖	鶏肉、生揚げ、○卵、○豆乳	にんじん、ごぼう、○バナナ、もやし、はくさい、えのきたけ、きゅうり、わかめ	○クラッカー ○とうにゅう バナナマフィン ○むぎちゃ	
	15	ごはん ぶたにくのしょうがいため ドーナツコロケ あつやきたまご ちんげんさいのおひたし	じゃがいも、○バター、○小麦粉、○砂糖、油、小麦粉、パン粉、砂糖、ごま	卵、豚肉、○卵、牛肉	たまねぎ、チンゲン菜、にんじん、しょうが	○せんべい ○マドレーヌ ○むぎちゃ	
火	2	16	ほうれんそうカレーライス とうふとひじきのサラダ マカロニスープ	米、マカロニ、○きび糖、三温糖、オリーブ油、油	○牛乳、鶏肉、豆腐、牛乳、生クリーム、無塩せきベーコン、○セラチン	たまねぎ、トマト、ほうれんそう、にんじん、キャベツ、○ゆず、フロッキー、○かんとん、ひじき	○せんべい ○ゆずかんとん ○ぎゅうにゅう
水	3	17	かぼちゃほうとう れんこんのきんぴら しろみざかなととうふのしんじょ	うどん、片栗粉、三温糖、ごま油、(3日)○食パン、○バター、○きび糖(17日)○バター、○小麦粉、○砂糖、	豚肉、油揚げ、たら、卵(3日)○豆乳、○卵、(17日)○生クリーム、○卵、	にんじん、はくさい、かぼちゃ、れんこん、ごぼう、しめじ、たまねぎ、しいたけ、ねぎ、いんげん、ピーマン(17日)○みかん缶、○もも缶○バナナ	○カルシウムせんべい(3日) ○フレンチトースト ○むぎちゃ(17日) ○Xmasおたんじょうびケーキ、○むぎちゃ
木	4	18	しょくパン サーモンチーズフライ おひやさいサラダ きのこのスープ	食パン、○米、さつまいも、油、パン粉、小麦粉	さけ、チーズ、卵	キャベツ、にんじん、フロッキー、さやえんどう、ひらたけ、しめじ、しいたけ、レモン、○わかめ	○クラッカー ○わかめおにぎり ○むぎちゃ
金	5	19	ごはん あかうおのみぞれに こまつなとあつあげのにびたし けんちんじる	米、○小麦粉、○きび糖、○バター、三温糖、○練乳、ごま油	○牛乳、あかうお、豆腐、生揚げ、油揚げ、○卵	だいこん、こまつな、にんじん、ごぼう、ねぎ、しょうが	○ごまスティック ○あましょく ○ぎゅうにゅう
月	8	22	いい豆腐どん ほうれんそうのしらすあえ だいこんとあぶらあげのみそしる	米、○小麦粉、○きび糖、○油、三温糖、ごま油	豆腐、鶏肉、○卵、油揚げ、ちくわ、○練乳、しらす干し、○牛乳、かつお節	にんじん、たまねぎ、だいこん、ほうれんそう、ねぎ、しいたけ	○ごまスティック ○マーラーカオ ○むぎちゃ
火	9	ハヤシライス あおのいこふさいも はるさめごもくスープ	米、じゃがいも、○きび糖、はるさめ、油	○牛乳、牛肉、○卵、○セラチン	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、コーン、チンゲンサイ、えのきたけ、あおのい	○せんべい ○カスタードプリン ○ぎゅうにゅう	
	23	リースピラフ カレーふうみのローストチキン おほしさまコロケ フロッキーのさんしょくサラダ	じゃがいも、米、○きび糖、油、小麦粉、パン粉、三温糖	○牛乳、鶏肉、豚肉、○卵、牛肉、○セラチン	たまねぎ、フロッキー、にんじん、コーン、にんにく、しょうが		
水	10	24	スパゲッティボリタン フロッキーとコーンのサラダ おしおぎとキャベツのスープ	○食パン、スパゲティ、押麦、バター、三温糖、油、○ジャム、	○牛乳、無塩せきソーセージ	たまねぎ、キャベツ、ピーマン、しめじ、フロッキー、コーン、えのきたけ、にんじん	○カルシウムせんべい ○レモンジャムサンド ○ぎゅうにゅう
木	11	25	かじきのカレーソーテー コールスローサラダ コーンポタージュ	○米、油、片栗粉、小麦粉	豆乳、かじき	キャベツ、コーン、にんじん、たまねぎ	○クラッカー ○ゆかりおにぎり ○むぎちゃ
金	12	26	ごはん にくじゃが いんげんのごまあえ かきたまじる	米、じゃがいも、○小麦粉、○油、○きび糖、ごま、三温糖、片栗粉、油	豚肉、卵、○ヨーグルト、○卵	たまねぎ、いんげん、にんじん、○みかん、チンゲンサイ、ねぎ、○レモン	○ごまスティック ○みかん ヨーグルトケーキ ○むぎちゃ

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しくださいようお願いします。