

12月行事・献立予定

令和7年度 こどもパル

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料は除く）	朝のおやつ	3時のおやつ
1	月	身体測定	御飯 野菜ラーメン ほうれん草の中華サラダ チーズ みかん	米 中華めん 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 卵 チーズ みかん	牛乳 米菓子	豆乳 マシュマロサンド
2	火		御飯 おでん ゆでブロッコリー 花麩のすまし汁 グレープフルーツ	米 鶏肉 大根 人参 昆布 ちくわ ブロッコリー 玉ねぎ わかめ 花麩 ねぎ グレープフルーツ	牛乳 リンゴ	牛乳 スイートポテト
3	水	誕生会	☆ おめでとうランチ ☆	米 わかめ ゆかり 鶏肉 ブロッコリー きゅうり 人参 コーン じゃが芋 バイン	のむヨーグルト	フルーツプリン
4	木	絵本貸し出し	御飯 ハンバーグ 人参の甘煮 ブロッコリーサラダ 野菜のコンソメスープ オレンジ	米 牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 人参 バター ブロッコリー キャベツ ツナ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 オレンジ	牛乳 パナナ	飲むヨーグルト ビスケット
5	金		御飯 鮭のホイル焼き キャベツサラダ じゃが芋の味噌汁 パナナ	米 鮭 えのきだけ 玉ねぎ チーズ 人参 バター パセリ キャベツ 人参 ハム コーン きゅうり じゃが芋 玉ねぎ 人参 パナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 おからドーナツ
6	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース クラッカー
8	月	絵本返却日	御飯 たらこバスタ ボイル野菜のドレッシングサラダ 白菜のコンソメスープ みかん	米 スパゲティー たらこ ブロッコリー 人参 キャベツ 白菜 玉ねぎ 人参 みかん	牛乳 パナナ	牛乳 きな粉トースト
9	火	避難訓練	御飯 大根の中華風煮 ブロッコリーのおかか和え なめこ汁 パナナ	米 大根 ねぎ 豚肉 人参 ブロッコリー 人参 かつお節 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ パナナ	牛乳 スティックパン	牛乳 肉まん
10	水		御飯 チキンのアップルグリル 人参ラベ 野菜のポトフ みかん	米 鶏肉 りんご 人参 イングン ツナ 白菜 大根 人参 玉ねぎ じゃが芋 ベーコン みかん	牛乳 米菓子	牛乳 コーンパン
11	木		御飯 キーマカレー 人参サラダ パナナ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 人参 きゅうり レーズン チーズ パナナ	牛乳 小魚	牛乳 さつま芋の 塩キャラメル
12	金		御飯 コロケ キャベツのドレッシングサラダ 白菜の味噌汁 みかん	米 じゃが芋 豚肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 ハム 白菜 人参 生揚げ みかん	牛乳 ビスケット	牛乳 米菓子
13	土				牛乳 クラッカー	りんごジュース せんべい
15	月		御飯 焼きそば ウィンナー ゆでブロッコリー 大根の味噌汁 パナナ	米 中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 青のり ウィンナー ブロッコリー 大根 油揚げ ねぎ パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 ちんすこう
16	火		御飯 鱈のカラフル焼き かぼちゃの甘煮 ほうれん草の白和え かき玉汁 みかん	米 たら ビーマン パプリカ 南瓜 ほうれん草 人参 ひじき 豆腐 ごま 白菜 人参 ねぎ 卵 みかん	牛乳 パナナ	ひじきおにぎり
17	水		御飯 高野豆腐と肉団子の煮物 ブロッコリーのオーロラソース和え じゃが芋のみそ汁 パナナ	米 高野豆腐 鶏肉 かぶ 人参 コーン しいたけ ブロッコリー レタス じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ パナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 かりんとう
18	木	食育の日 絵本貸し出し	★鶏肉と野菜の黒酢あんかけ風 大根サラダ 小松菜の味噌汁 みかん	米 鶏肉 玉ねぎ さつま芋 れんこん 人参 ビーマン 大根 きゅうり 人参 しらす 玉ねぎ 小松菜 人参 えのき みかん	牛乳 クラッカー	牛乳 ★さつま芋マフィン
19	金		御飯 揚げ餃子 伴三糸 わかめの中華スープ グレープフルーツ	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 春雨 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 玉ねぎ 人参 わかめ グレープフルーツ	豆乳 ビスケット	牛乳 クッキー
20	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース サブレ
22	月	絵本返却日	御飯 天ぷらうどん おさかなふりかけ (野菜かき揚げ) ほうれん草のごま和え みかん	米 うどん なんと ねぎ 鰹節 ごま 海苔 玉ねぎ 人参 春菊 ほうれん草 小松菜 人参 もやし 胡麻 みかん	牛乳 ポーロ	牛乳 ホットケーキ
23	火	クリスマス会	☆ クリスマスランチ ☆	米 豚肉 鶏肉 玉ねぎ 人参 バター グリンピース ブロッコリー じゃが芋 人参 スパゲティ にんにく レタス いちご	ヨーグルト	牛乳 ショートケーキ
24	水		御飯 焼鯖 ホイルキャベツ ひじきのいため煮 生揚げの味噌汁 オレンジ	米 鯖 キャベツ ひじき ごぼう 人参 油揚げ 蒟蒻 さやいんげん 椎茸 玉ねぎ 生揚げ わかめ オレンジ	牛乳 クラッカー	牛乳 ビザトースト
25	木		御飯 鮭の豆乳マヨ焼き すろっぽ 高野豆腐の味噌汁 みかん	米 鮭 豆乳 梅 大根 人参 油揚げ 高野豆腐 ほうれん草 みかん	牛乳 パナナ	さつまきな粉
26	金	生活安全指導	ポークカレーライス 野菜のドレッシングサラダ チーズ パナナ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 南瓜 キャベツ 人参 大根 ハム チーズ パナナ	牛乳 クッキー	牛乳 カルシウムウエハース
27	土				牛乳 ビスケット	りんごジュース せんべい

おめでとうランチ・・・おにぎり チキンカツ ブロッコリーサラダ フライドポテト スープ バイン

クリスマスランチ・・・トンカツ チキンライス ポテトサラダ スパソテー 添え菜 いちご

食育の日のサンプル展示は1歳児です。1.2児の主食は70gです。

今月の果物は、りんご、パナナ、オレンジ、バイン、みかん、いちご、グレープフルーツを予定しています。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★印は新メニューです。