



12月の献立表



五日市すみれこども園

2025年

日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ (○は午後おやつ)
		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	
01月	ご飯 さわらのかば焼風 ブロッコリーと卵のサラダ 豆腐と油揚げのみそ汁	米、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、さわら、木綿豆腐、卵、鶏ささみ、米みそ(甘みそ)、油揚げ	○バナナ、ブロッコリー、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、葉ねぎ、しょうが	○バナナ ○牛乳(全園児)
02火	パイナップル ポトフ 青菜とベーコンのソテー みかん 牛乳(全園児)	パイナップル、じゃがいも、○砂糖、コンソメ、油	牛乳、ウインナー、ベーコン	○りんご天然果汁、みかん、チンゲンサイ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、カリフラワー、えのきたけ、コーン	○アップルゼリー ○せんべい
03水	麦ご飯 高野豆腐の卵とじ 春雨の酢の物 大根とわかめのスープ	米、○ホットケーキミックス、はるさめ、押麦、砂糖、○砂糖、ごま油	○牛乳、卵、○豆乳、ツナ油漬缶、凍り豆腐、鶏がらスープ、カットわかめ	たまねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、しいたけ、いんげん、○干しぶどう	○豆乳蒸しパン ○牛乳(全園児)
04木	ご飯 肉じゃが 根菜サラダ パイナップル 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	じゃがいも、米、○食パン、砂糖、油	○牛乳、牛肉(もも・赤肉)、ハム、牛乳	パイナップル、たまねぎ、にんじん、れんこん、しらたき、ごぼう、○ブルーベリージャム、グリーンピース(冷凍)	○ジャムサンド(ブルーベリー) ○牛乳(全園児)
05金	ご飯 かれのいカレーあんかけ 小松菜の錦糸和え チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、○マカロニ、○砂糖、砂糖、カレールウ	○牛乳、かれい、チーズ、錦糸卵、○きな粉、牛乳	こまつな、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが、干しいたけ	○マカロニきなこ ○牛乳(全園児)
06土	牛丼 かぼちゃのホクホク和え みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、砂糖、バター	○牛乳、牛肉(もも・赤肉)、牛乳	かぼちゃ、みかん缶、たまねぎ、にんじん、しらたき、しいたけ、葉ねぎ	○いちごスティックケーキ ○牛乳(全園児)
♪ ゆり組〜さくら組発表会 ♪					
08月	ゆかりご飯 鶏肉と大根の煮物 ほうれん草と もやしのナムル じゃがいものみそ汁	米、○ロールパン、じゃがいも、砂糖、○油、○砂糖、○グラニュー糖、白ごま、ごま油	○牛乳、鶏肉(もも皮なし)、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、油揚げ、○きな粉	だいこん、ほうれん草、もやし、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、葉ねぎ	○揚げパン ○牛乳(全園児)
09火	白菜の豆乳スパゲティ ウインナー入り卵焼き キウイ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	○さつまいも、スパゲティ、コンソメ、砂糖	○牛乳、卵、豆乳、ベーコン、ウインナー、牛乳	たまねぎ、はくさい、キウイフルーツ、にんじん、しめじ、ピーマン	○ふかし芋 ○牛乳(全園児)
10水	ひじきご飯 鮭のねぎみそ焼き 小松菜のごま和え かきたま汁	米、○パイ生地、砂糖、○グラニュー糖、白ごま	○牛乳、さけ、卵、米みそ(甘みそ)、油揚げ、ひじき、鶏がらスープ、カットわかめ	こまつな、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、葉ねぎ	○シュガーパイ ○牛乳(全園児)
11木	クロワッサン ポークピーンズ れんこんのマヨサラダ バナナ 牛乳(全園児)	クロワッサン、じゃがいも、○米、エッグケア、砂糖、油、コンソメ	牛乳、豚肉(もも・赤肉)、だいず水煮缶詰、ハム、○チーズ、○炊き込みわかめ	たまねぎ、バナナ、にんじん、れんこん、きゅうり、グリーンピース(冷凍)	○わかめチーズおむすび
12金	カレーライス スクランブルエッグ ゼリー 牛乳(全園児)	米、じゃがいも、○砂糖、油、砂糖、カレールウ	牛乳、○ヨーグルト(無糖)、卵、牛肉(もも・赤肉)、ベーコン、○スキムミルク	○パイナップル、たまねぎ、にんじん、ピーマン	○フルーツヨーグルト
13土	きつねうどん さつま芋のオレンジ煮 チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆでうどん、さつまいも、砂糖、バター	○牛乳、鶏肉(もも皮なし)、チーズ、油揚げ、牛乳	オレンジ濃縮果汁、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	○ビーフ ○牛乳(全園児)
15月	ご飯 厚揚げのチャンプルー カリフラワーと ウインナーのソテー お麩のみそ汁	米、油、焼ふ、砂糖	○牛乳、生揚げ、卵、豚ひき肉、ウインナー、米みそ(甘みそ)	○みかん、たまねぎ、カリフラワー、にんじん、えのきたけ、ピーマン、いんげん、干しいたけ	○みかん ○ビスケット ○牛乳(全園児)

日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ (○は午後おやつ)
		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	
16火	炊き込みごはん ハンバーグ コーンスローサラダ 青のりポテト、キウイ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、○食パン、フレンチドレッシング(乳化型)、○砂糖、砂糖	○牛乳、合びきミンチ、○クリームチーズ、さけ、木綿豆腐、ハム、○ヨーグルト(無糖)、油揚げ、あおのり、牛乳	キャベツ、キウイフルーツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、ごぼう、コーン	○チーズケーキ トースト ○牛乳(全園児)
17水	ごま塩おむすび から揚げ風 ひじきと生揚げのカレー炒め オレンジ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、○ホットケーキミックス、○さつまいも、油、片栗粉、○砂糖、砂糖、○油、コンソメ	○牛乳、鶏肉(もも皮なし)、生揚げ、○調製豆乳、ひじき、牛乳	オレンジ・ネーブル、にんじん、たまねぎ、サラダ菜、いんげん、しょうが	○さつま芋マフィン ○牛乳(全園児)
18木	食パン さわらのマヨ焼き 切干大根のサラダ たまごスープ	食パン、エッグケア、砂糖	○牛乳、さわら、木綿豆腐、卵、ハム、鶏がらスープ	○バナナ、にんじん、きゅうり、にら、切り干しだいこん	○バナナ ○牛乳(全園児)
19金	肉みそスパゲティ ジャーマンポテト みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	スパゲティ、じゃがいも、○焼ふ、○バター、○グラニュー糖、砂糖、片栗粉、油	○牛乳、豚ひき肉、ベーコン、大豆(ゆで)、米みそ(甘みそ)、牛乳	みかん缶、たまねぎ、にんじん、もやし、グリーンピース(冷凍)	○おふのシュガーラスク ○牛乳(全園児)
20土	他人丼 ブロッコリーと コーンのソテー パイナップル 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、砂糖、油	○牛乳、卵、牛肉(もも・赤肉)、かまぼこ、牛乳	パイナップル、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン、しいたけ、葉ねぎ	○レモンカステラ ○牛乳(全園児)
22月	ご飯 肉豆腐 かぼちゃのサラダ バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、○味パン、○エッグケア、砂糖	○牛乳、焼き豆腐、鶏肉(もも皮なし)、○卵、牛乳	たまねぎ、バナナ、かぼちゃ、にんじん、しらたき、ねぎ、きゅうり、エリンギ、えのきたけ、干しぶどう	○卵サンド ○牛乳(全園児)
23火	麦ご飯 かれのい煮つけ 大根とツナの中華和え 豚汁	○さつまいも、米、砂糖、押麦、ごま油	○牛乳、かれい、生揚げ、豚肉(もも・赤肉)、ツナ油漬缶、米みそ(甘みそ)	だいこん、たまねぎ、にんじん、ごぼう、葉ねぎ、しょうが	○焼き芋 ○牛乳(全園児)
24水	ご飯 豚肉の生姜焼き ひじきの卵焼き きのこの中華スープ	米、○食パン、○バター、砂糖、○砂糖、○黒ごま、油	○牛乳、豚肉(もも・赤肉)、卵、ひじき、鶏がらスープ	たまねぎ、にんじん、しめじ、えのきたけ、葉ねぎ、しょうが	○ごまトースト ○牛乳(全園児)
25木	ロールパン クリームシチュー ブロッコリーのサラダ れんこんチップ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ロールパン、じゃがいも、シチューミックス、クリーム、○小麦粉、○砂糖、○無塩バター、油	○牛乳、鶏肉(もも皮なし)、○卵、○生クリーム、ツナ油漬缶、チーズ、スキムミルク、牛乳	たまねぎ、れんこん、にんじん、ブロッコリー、○みかん缶、○いちご、○パイナップル、パセリ	○ブッシュドノエル ○牛乳(全園児)
26金	ご飯 たらの中華あんかけ キャベツとベーコンのソテー チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、片栗粉、砂糖、ごま油	○牛乳、すけとうだら、チーズ、ベーコン、牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、えのきたけ、葉ねぎ、しょうが	○メロンパン ○牛乳(全園児)
27土	ブルコギ丼 かぼちゃの甘煮 みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、砂糖、片栗粉、白ごま、ごま油	○牛乳、牛肉(もも・赤肉)、米みそ(甘みそ)、牛乳	かぼちゃ、みかん缶、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、にら、しょうが	○りんごのタルト ○牛乳(全園児)
29月	年越しうどん チーズポテト パイナップル 牛乳(全園児)	ゆでうどん、じゃがいも	牛乳、鶏肉(胸皮なし)、米みそ(甘みそ)、チーズ、かまぼこ、油揚げ	パイナップル、はくさい、にんじん、○いちごジャム・低糖度、葉ねぎ	○カナッペ(イチゴジャム)



は、手作りおやつです。



は、お誕生会です。



は、ひまわり組とさくら組はすみれわくわくランチの日です。



3歳未満児の朝のおやつはお菓子です。3歳以上児の朝のおやつはありません。