



12月 給食献立(乳幼児)

2025年 池上わかばこども園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	昼食	材 料 名			おやつ	材 料 名		
			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる		赤	緑	黄
1	月	きつねちらし寿司 ほうれん草の和え物 赤だし	揚げ・ちりめんじゃこ・高野豆腐・鰯糸玉子 ツナ 赤だし・味噌	きゅうり・人参・干し椎茸・のり ほうれん草・人参 なめこ・玉ねぎ・みつば	米・酢・上白糖・塩・うす口しょうゆ・上白糖 濃口しょうゆ・上白糖	牛乳 トマトケーキ	牛乳 鶏卵	トマト ホール缶	小麦粉 無塩バター 上白糖
2	火	ご飯 白身魚のごまマヨ焼き ひじき煮 味噌汁	ホキ 揚げ・風味だし汁 絹ごし豆腐・味噌	玉ねぎ ひじき・グリーンピース・人参 しめじ・わかめ	米 塩・マヨネーズ・ごま うす口しょうゆ・上白糖・みりん	牛乳 じゃが芋のバター焼き	牛乳		じゃが芋 有塩バター
3	水	☆おもちつき☆ 菜飯 豚汁 バナナ	豚肉・味噌 豚肉・味噌	のり 菜めしの素 大根・ごぼう・人参・ねぎ バナナ	もち米・上白糖・濃口しょうゆ 米 突きこんにやく	牛乳 ハッピーターン マリービスケット	牛乳		ハッピーターン マリービスケット
4	木	ロールパン ビーフシチュー キャベツとハムのサラダ オレンジ	牛肉・コンソメ ハム	玉ねぎ・人参・しめじ・ブロッコリー キャベツ・人参 オレンジ	ロールパン じゃが芋・ビーフシチュールー マヨネーズ	牛乳 マドレーヌ	牛乳 鶏卵	レモン	小麦粉 無塩バター 上白糖
5	金	塩焼きそば ブロッコリーの中華和え わか玉スープ	豚肉・チキンスープ・粉かつお 鶏卵・チキンスープ	キャベツ・玉ねぎ・人参・青のり ブロッコリー・人参 わかめ・えのき	焼きそば・なたね油・塩・こしょう ごま・濃口しょうゆ・上白糖・ごま油・塩 塩	お茶 鮭わかめおにぎり		わかめ 御飯(鮭)	ほうじ茶 米
6	土	甘味噌ミンチ丼 すまし汁 バナナ	合挽きミンチ・味噌・風味だし汁	人参・干し椎茸・ねぎ 玉ねぎ・わかめ バナナ	米・なたね油・上白糖・みりん・うす口しょうゆ・酒・片栗粉 おつゆ麩・うす口しょうゆ・塩	牛乳 ぼたぼた焼 ラムネ	牛乳		ぼたぼた焼 ラムネ
8	月	五目ごはん 餃子 豆腐のスープ	餃子 絹ごし豆腐・チキンスープ	玉ねぎ・わかめ・ねぎ	五目ごはん 塩	牛乳 カラメル大豆	牛乳 大豆		片栗粉 なたね油 上白糖 濃口しょうゆ 酒
9	火	☆お誕生会☆ ご飯 ミートローフ ツナサラダ コンソメスープ	合挽きミンチ・鶏卵・牛乳 ツナ コンソメ	玉ねぎ・人参・グリーンピース・ケチャップ キャベツ・パプリカ(赤) 玉ねぎ・エリンギ・パセリ	米 パン粉・塩・なたね油 和風ドレッシング うす口しょうゆ・塩	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 鶏卵 ホイップ	人参	ホットケーキ ミックス 無塩バター 上白糖
10	水	ご飯 白身魚の照り焼き 大根の甘酢和え 味噌汁	ホキ 揚げ・味噌	大根・人参・わかめ 小松菜	米 濃口しょうゆ・みりん・上白糖・酒 上白糖・濃口しょうゆ・酢 里芋	牛乳 フライドポテト	牛乳		カットポテト 塩 植物油
11	木	ご飯 油淋鶏 ほうれん草のナムル 中華スープ	鶏肉 ちくわ チキンスープ	白ねぎ・にんにく・しょうが ほうれん草・もやし・人参 コーン・玉ねぎ・ねぎ	米 濃口しょうゆ・酒・小麦粉・片栗粉・植物油・上白糖・濃口しょうゆ・酢・ごま油・ごま 濃口しょうゆ・上白糖・ごま油 塩	牛乳 レーズンクッキー	牛乳 スキムミルク	干しぶど う	小麦粉 上白糖 無塩バター
12	金	味噌煮込みうどん 小松菜のツナ和え みかん	豚肉・揚げ・味噌・風味だし汁 ツナ	白菜・人参・ねぎ 小松菜・人参 みかん	うどん・上白糖・みりん 濃口しょうゆ・上白糖	お茶 ひじきおにぎり	揚げ 風味だし汁	ひじき	ほうじ茶 米 ごま うす口しょうゆ 上白糖 ごま油
13	土	ウインナーピラフ コンソメスープ バナナ	ウインナー・コンソメ コンソメ	玉ねぎ・人参・コーン・パセリ キャベツ・玉ねぎ・人参 バナナ	米・塩・こしょう・植物油 塩	牛乳 ぱりんこ マリービスケット	牛乳		ぱりんこ マリービスケット

日	曜日	昼食	材 料 名			おやつ	材 料 名		
			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる		赤	緑	黄
15	月	ミンチカレー ほうれん草とツナのサラダ オレンジ	豚ミンチ ツナ	玉ねぎ・人参・グリーンピース ほうれん草・コーン オレンジ	米・じゃが芋・カレールー・なたね油 和風ドレッシング	牛乳 ふのラスク	牛乳		おつゆ麩 なたね油 上白糖
16	火	ご飯 豚肉の彩り炒め キャベツの和え物 味噌汁	豚肉 さつま揚げ 味噌	玉ねぎ・ピーマン・パプリカ(黄)・パプリカ(赤)・エリンギ キャベツ・人参 玉ねぎ・ねぎ	米 ごま油・上白糖・濃口しょうゆ・片栗粉 濃口しょうゆ・上白糖 おつゆ麩	牛乳 ふかし芋	牛乳		さつま芋 塩
17	水	ご飯 おでん 白菜のゆかり和え 黄桃缶	鶏肉・厚揚げ・風味だし汁	大根・人参 白菜・人参・しその香 黄桃缶	米 こんにゃく・じゃが芋・濃口しょうゆ・塩・みりん	牛乳 ちんすこう	牛乳		小麦粉 片栗粉 上白糖 なたね油
18	木	ご飯 さわらのゆず味噌焼き かぼちゃの煮物 ずまし汁	さわら・白味噌 風味だし汁 味噌	ゆず かぼちゃ・グリーンピース 玉ねぎ・ねぎ	米 上白糖・酒・みりん 濃口しょうゆ・上白糖・みりん 花麩	牛乳 きな粉蒸しパン	牛乳 きな粉		ホットケーキ ミックス なたね油
19	金	ミートスパゲティ ブロッコリーのサラダ じゃが芋のスープ	合挽きミンチ コンソメ	玉ねぎ・人参・マッシュルーム・トマト・ホール缶・ケチャップ・パセリ ブロッコリー・パプリカ(黄)・パプリカ(赤) 玉ねぎ・コーン	スパゲティ・塩・なたね油・ウスターソース 青じそドレッシング じゃが芋・塩	お茶 ツナマヨおにぎり	ツナ		ほうじ茶 米 上白糖 うす口しょうゆ マヨネーズ
20	土	和風チャーハン 味噌汁 バナナ	ツナ・だしの素 味噌	玉ねぎ・人参・ねぎ・コーン 玉ねぎ・わかめ バナナ	米・なたね油・塩・濃口しょうゆ・なたね油 じゃが芋	牛乳 ソフトサラダ 野菜クラッカー	牛乳		ソフトサラダ 野菜クラッ カー
22	月	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ 大根ナムル わかめスープ	ミートボール・チキンスープ チキンスープ	玉ねぎ・小松菜・パプリカ(赤) 大根・人参 わかめ・玉ねぎ・コーン	米 濃口しょうゆ・酢・上白糖・片栗粉 ごま・ごま油・うす口しょうゆ・上白糖 塩	牛乳 きな粉花豆	牛乳 きな粉		白花豆
23	火	ご飯 鯖の塩焼き 青菜の和え物 かき玉汁	さば 鶏卵	小松菜・人参 玉ねぎ・みつば	米 塩・なたね油 濃口しょうゆ・上白糖 うす口しょうゆ・塩	牛乳 かぼちゃのバ ター焼き	牛乳	かぼちゃ	有塩バター
24	水	☆クリスマス会☆ ご飯 鶏の唐揚げ クリスマスポテト コーンスープ	鶏肉 牛乳	しょうが ブロッコリー・ミックスベジタブル・人参 玉ねぎ・パセリ	米 濃口しょうゆ・みりん・片栗粉・植物油 じゃが芋・マヨドレ コーンスープ	牛乳 クリスマスケー キ	牛乳 スキムミル ク 鶏卵 ホイップ	黄桃缶 みかん 缶 バイン缶	小麦粉 有塩バター 上白糖
25	木	ご飯 豚肉の生姜炒め 大豆の五目煮 味噌汁	豚肉 大豆・風味だし汁 味噌	玉ねぎ・キャベツ・人参・しょうが 大根・人参・干し椎茸 なす・玉ねぎ・ねぎ	米 濃口しょうゆ・上白糖・みりん・なたね油 こんにゃく・濃口しょうゆ・上白糖・みりん	牛乳 ジャムクラッ カーサンド	牛乳		全粒粉クラッ ーいちごジャム
26	金	年越しうどん 金平ごぼう みかん缶	鶏肉・風味だし汁 ちくわ	玉ねぎ・大根・人参・ほうれん草 ごぼう・人参 みかん缶	うどん・上白糖・濃口しょうゆ・みりん ごま・濃口しょうゆ・上白糖・ごま油	お茶 おかかおにぎり	粉かつお		ほうじ茶 米 濃口しょうゆ
27	土	豚丼 味噌汁 バナナ	豚肉 味噌	玉ねぎ・人参・ねぎ 玉ねぎ・ねぎ バナナ	米・上白糖・みりん・濃口しょうゆ・うす口しょうゆ・みりん じゃが芋	牛乳 たべっこペイ ビー ぱりんこ	牛乳		たべっこペイ ビー ぱりんこ

