

令和7年度 12月 献立表 氷川保育園

日	曜	献立名			血や肉になるもの	熱や力となるもの	体の調子を整えるもの	調味料
		午前おやつ (乳児)	昼 食	おやつ				
1 ・ 15	月	牛乳 小魚	食パン（2歳児以上：バター） マカロニグラタン もやしサラダ スープ オレンジ 牛乳	二色おにぎり 麦茶	牛乳 小魚 鶏モモ肉 チーズ ハム わかめ かつお節	食パン バター マカロニ ホワイトソース コーン 春雨 ごま油 精白米 ごま	玉ねぎ しめじ エリンギ マッシュルーム もやし 人参 きゅうり 長ねぎ オレンジ	塩 醤油 酢 砂糖 ブイヨン 鶏がら めんつゆ ぶりかけ
2 ・ 16	火	牛乳 小魚	ごはん 里芋コロッケ ほうれん草と人参の納豆和え りんご（1歳児クラスはバナナ） 味噌汁 麦茶	マシュマロボール 牛乳	牛乳 小魚 豚ひき肉 鶏卵 納豆	精白米 里芋 ジャガイモ パン粉 小麦粉 サラダ油 マッシュマロ コーンフレーク バター	玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 しいたけ りんご	醤油 砂糖 めんつゆ 味噌 だし
3 ・ 17	水	牛乳 小魚	ごはん 焼き魚（鯖） きんひらごぼう 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	焼きうどん 麦茶	牛乳 小魚 鯖 さつま揚げ 豚モモ肉 青海苔	精白米 ごま油 うどん サラダ油	ごぼう 人参 小松菜 白菜 キウイフルーツ キャベツ 玉ねぎ	塩 醤油 みりん 砂糖 味噌 だし ソース
4 ・ 18	木	牛乳 小魚	醤油ラーメン 手作り餃子 バナナ 麦茶	おからドーナツ 牛乳	牛乳 小魚 豚肩ロース肉 豚ひき肉 豆乳 おから	中華麺 サラダ油 ごま油 餃子の皮 ホットケーキミックス	キャベツ 長ねぎ もやし 人参 白菜 生姜 バナナ	醤油 鶏がら 塩 料理酒 砂糖
5 ・ 19	金	牛乳 小魚	ハッシュドポーク ハムマリネ スープ グレープフルーツ 麦茶	スノーボール クッキー 牛乳（5日） ジュース（19日）	牛乳 小魚 豚ロース肉 ハム 豆腐	精白米 サラダ油 薄力粉 バター	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 レモン汁 チンゲン菜 グレープフルーツ りんごジュース	ハヤシルウ 醤油 砂糖 塩 ブイヨン 鶏がら
6 ・ 20	土	牛乳 小魚	ごはん 鶏肉の味噌焼き 小松菜のおひたし 味噌汁 オレンジ 麦茶	マヨコントースト 麦茶	牛乳 小魚 鶏モモ肉 油揚げ かつお節 チーズ	精白米 ごま油 ごま じゃがいも 食パン コーン	小松菜 人参 しめじ 小ねぎ オレンジ	味噌 みりん 砂糖 料理酒 だし めんつゆ マヨネーズ
◇ 8	月	牛乳 小魚	赤飯 唐揚げ ゆで野菜 味噌汁 みかん 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	牛乳 小魚 小豆 鶏モモ肉 鶏卵 きな粉	精白米 ごま 片栗粉 サラダ油 さつまいも マカロニ	生姜 ブロッコリー 人参 玉ねぎ みかん	塩 醤油 みりん 料理酒 マヨネーズ 味噌 だし サラダ
9 ・ 23	火	牛乳 小魚	バターロールパン ハンバーグ かぼちゃとさつまサラダ スープ グレープフルーツ 牛乳	具入りいなり 麦茶	牛乳 小魚 合いびき肉 豆腐 豆乳 ハム 油揚げ	バターロールパン パン粉 サラダ油 さつまいも 精白米	玉ねぎ かぼちゃ きゅうり 人参 えのきだけ 小松菜 グレープフルーツ れんこん しいたけ	ソース ケチャップ 醤油 みりん 砂糖 塩 マヨネーズ 料理酒 ブイヨン 鶏がら 酢
10	水	牛乳	ごはん タンドリーチキン	ホットケーキ	牛乳 小魚 鶏モモ肉 ヨーグルト	精白米	チンゲン菜 もやし しめじ 人参	ケチャップ 醤油
22	月	小魚	チングン菜のさっぱり和え 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	牛乳	かつお節 鶏卵	ホットケーキミックス ケーキソロップ バター	白菜 かぶ キウイフルーツ	ソース 砂糖 カレー粉 塩 味噌 だし
11	木	牛乳	ごはん カジキのバーベキュー焼き	長芋ボール	牛乳 小魚 カジキ	精白米	りんご キャベツ きゅうり	醤油 料理酒
24	水	小魚	キャベツのサラダ 味噌汁 オレンジ 麦茶	牛乳	鶏卵 チーズ	コーン サラダ油 長芋 片栗粉	人参 長ねぎ オレンジ	みりん 醋 砂糖 味噌 だし ブイヨン
12	金	牛乳 小魚	カレーうどん 鶏天 ゆで野菜 バナナ 麦茶	雑炊 麦茶	牛乳 小魚 豚モモ肉 鶏モモ肉 鶏モモ肉	うどん サラダ油 てんぷら粉 精白米	玉ねぎ 人参 しめじ ほうれん草 生姜 ブロッコリー バナナ 白菜 長ねぎ	カレールウ めんつゆ 醤油 砂糖 料理酒 鶏がら 塩
13 ・ 27	土	牛乳 小魚	ごはん すき焼き 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	肉まん 牛乳	牛乳 小魚 豚ロース肉 豆腐 わかめ	精白米 しらたき サラダ油 春雨 肉まん	白菜 玉ねぎ 人参 きゅうり 大根 水菜 キウイフルーツ	醤油 みりん 料理酒 砂糖 めんつゆ だし 酢 塩 味噌
☆ 25	木	牛乳 小魚	ミニロールパン（乳児） フランスパン（幼児） ミートローフ ゆで野菜 白菜シチュー みかん キウイフルーツ 麦茶	クリスマスケーキ 麦茶	牛乳 小魚 豚ひき肉 鶏ひき肉 鶏卵 チーズ ベーコン	ミニロールパン フランスパン パン粉 サラダ油 コーン さつまいも 生クリーム ロールケーキ 小麦粉 バター	玉ねぎ グリーンピース 人参 ブロッコリー 白菜 キウイフルーツ みかん いちご	シチュールウ 塩 みりん ソース 砂糖 ケチャップ 醤油 マヨネーズ
26	金	牛乳 小魚	年越しうどん えび天 かぼちゃ天ぷら バナナ 麦茶	雑炊 麦茶	牛乳 小魚 豚モモ肉 かまぼこ 海老 鶏モモ肉	うどん ごま油 サラダ油 てんぷら粉	大根 人参 ほうれん草 しめじ 長ねぎ かぼちゃ バナナ 白菜	醤油 だし めんつゆ 鶏がら 塩

※材料の入荷状況により内容を変更することがあります。あらかじめ、ご了承ください。

◇8日は、成道会です。♡17日は、ウェルカムランチです。

☆25日はクリスマスマニュードです。

あっという間に1年が過ぎ、あわただしい師走が来ました。
年越しそばで新年を迎えるご家庭も多いと思います。
年越しそばには、「細く長く生きること」
「人生の長寿と幸福」の願いがこめられています。
保育園では、そばより太いうどんで子どもたちの「長寿と幸福」を願ってみんなが揃う今年最後の給食を提供したいと思います。
また、新年からどうぞよろしくお願いいいたします。



＜今月の平均栄養素量＞

	エネルギー	たんぱく質	脂質
1～2歳児	482kcal	19.6g	16.2g
3～5歳児	573kcal	22.4g	17.7g

