

鈴の花・ふわりある・みのりいちば保育園(一般)

2025年12月分の献立

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	麦茶、ソフトサラダせんべい	2	牛乳、ハーベスト	3	麦茶、たべっこ動物	4	麦茶、雪の宿	5	麦茶、マリービスケット	6	麦茶、ぱりんこ
昼食	御飯、酢豚、もやしとわかめのナムル、中華スープ(ねぎ・いも)	御飯、さばのおりし煮、小松菜とツナの和え物、みそ汁(あげ・豆腐)	ロールパン、マカロニグラタン、ブロッコリーのごまサラダ、かぶのスープ	御飯、ほっけのごま焼き、かぼちゃのそぼろあんかけ、みそ汁(えのき・ねぎ)	御飯、鶏肉の青のりフライ、さつま芋のサラダ、みそ汁(さといも・だいこん)	豚そぼろ丼、小松菜のおかかあえ、みそ汁(なす)						
午後	麦茶、リツツ	麦茶、カルシウムせんべい	牛乳、(手)アップルパイ	牛乳、源氏パイ	麦茶、ヨーグルト	乳製品・菓子などのおやつ						
午前	8	麦茶、ぼたぼた焼き	9	麦茶、ソフトサラダせんべい	10	牛乳、リツツ	11	野菜ジュース、ハーベスト	12	麦茶、星たべよ	13	麦茶、たべっこ動物
昼食	御飯、たらの甘酢あんかけ、青菜の海苔和え、みそ汁(白菜・豆腐)	和風スパゲティ、じゃが芋とハムのソテー、きのこのスープ	御飯、さけフライ、ブロッコリーのマヨネーズサラダ、みそ汁(かぼちゃ・わかめ)	御飯、鶏肉のごまみそ焼、キャベツとツナの炒め煮(青菜)、みそ汁(なす・玉ねぎ)	ドライカレーライス、ごぼうのサラダ、コンソメスープ	ねぎ塩豚丼、小松菜とコーンの和え物、みそ汁(しめじ・えのき)						
午後	牛乳、ビスコ	麦茶、(手)ツナ昆布おにぎり	麦茶、カルシウムせんべい	麦茶、雪の宿	麦茶、みかん	乳製品・菓子などのおやつ						
午前	15	麦茶、ぱりんこ	16	麦茶、マリービスケット	17	牛乳、ビスコ	18	麦茶、ソフトサラダせんべい	19	牛乳、リツツ	20	麦茶、カルシウムせんべい
昼食	御飯、赤魚の南部焼き、ほうれん草の納豆あえ、みそ汁(だいこん・あげ)	☆お誕生日献立☆、三色丼、豆腐ハンバーグ、みそ汁(なす・わかめ)	ハヤシライス、キャベツの胡麻サラダ、マカロニスープ	肉みそうどん、ピーマンのツナあえ(ひじき)、すまし汁(こまつな・はくさい)	御飯、鯵の竜田揚げ、切干し大根の旨煮、五目みそ汁(さつま芋)	麻婆茄子丼、わかめサラダ、はるさめスープ(チンゲン菜・ごま)						
午後	牛乳、源氏パイ	麦茶、(手)パフェ	麦茶、ぼたぼた焼き	麦茶、バナナ	麦茶、ぶどうゼリー	乳製品・菓子などのおやつ						
午前	22	牛乳、ハーベスト	23	麦茶、雪の宿	24	麦茶、ぼたぼた焼き	25	麦茶、源氏パイ	26	麦茶、ソフトサラダせんべい	27	麦茶、ビスコ
昼食	御飯、ほっけの塩焼き、冬至かぼちゃ、そうめん汁	☆クリスマス献立☆、ピラフ、ローストチキン、ブロッコリーとツナのサラダ、スープ(さつまいも・	御飯、鰯の塩麹揚げ、きゅうりとちくわの酢の物、豚汁	焼きそば、白菜のサラダ、中華スープ(チンゲン菜・えのき)	御飯、ピーマンの細切り炒め、人参とチーズのおかか和え、みそ汁(だいこん)	ひき肉あんかけ丼、小松菜とツナのごま和え、みそ汁(かぶ・豆腐)						
午後	麦茶、アンパンマンポテト	牛乳、(手)クリスマスケーキ	麦茶、たべっこ動物	麦茶、(手)肉味噌おにぎり	牛乳、マリービスケット	乳製品・菓子などのおやつ						
午前	29		30		31							
昼食												
午後												

月平均栄養価：エネルギー380kcal、タンパク質14.1g、脂質11.7g、食塩1.4g