

令和7年

12月献立表

熊取みどり幼稚園

1日（月）			2日（火）			3日（水）			4日（木）			5日（金）		
弁当の日			献立名			献立名			献立名			献立名		
			① ごはん			① ごはん			① ごはん			① 肉うどん		
			② コンソメスープ			② とん汁			② コンソメスープ			② ・麺・具材とスープ		
			③ 豚肉の甘辛炒め			③ さばの塩焼			③ 照焼ハンバーグ			② きゅうりの酢の物		
			④ レンコン饅頭			④ マーボー春雨			④ 葉菜のポン酢サラダ			③ 野菜かまぼこの煮付		
			⑤ ウインナー			⑤ レンコンの煮付			⑤ 枝豆とうもろこしのつまみ揚げ			④ いちごゼリー		
⑥ りんご缶			⑥ オレンジ（生果）			⑥ みかん缶			⑥ みかん缶			③ 魚肉 芋でん粉 野菜ペースト（トマ ほうれん草） だし粉 醤油 砂糖		
1杯分 -			461 kcal			1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -		
ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			18.1 g			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ		
脂質			12 g			脂質			脂質			脂質		
炭水化物			78.7 g			炭水化物			炭水化物			炭水化物		
食塩相当量			1.6 g			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		
8日（月）			9日（火）			10日（水）			11日（木）			12日（金）		
献立名			献立名			献立名			献立名			献立名		
① ごはん			① ごはん			① ごはん			① 食パン			① ごはん		
② コンソメスープ			② 中華スープ			② みそ汁			② ハヤシシチュー			② 牛丼		
③ メンチカツ			③ 牛肉のオイスターソース炒め			③ カレーコロッケ			③ 白菜のサラダ			③ ブロッコリーのごまマヨサラダ		
④ トマトマカロニ			④ ほうれん草シューマイ			④ 厚揚げチャンプル			④ オレンジゼリー			④ とうもろこしのつまみ揚げ		
⑤ かぼちゃの煮付			⑤ 旨辛チキン			⑤ 赤かぶかまぼこの煮付			⑤ 牛乳			⑤ 青りんごゼリー		
⑥ りんご缶			⑥ もも缶			⑥ みかん缶			⑤ 牛乳			⑤ 青りんごゼリー		
1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -		
ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ		
脂質			脂質			脂質			脂質			脂質		
炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物		
食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		
15日（月）			16日（火）			17日（水）			18日（木）			19日（金）		
献立名			献立名			献立名			献立名			献立名		
① ごはん			① ごはん			① ごはん			① ごはん			① 全粒粉食パン		
② すまし汁			② オクラのスープ			② みそ汁			② カレーライス			② クリームシチュー		
③ 肉じゃが			③ チキンカツ			③ ホイコーロー			③ インゲンとちくわのごま和え			③ ボロネーゼスパゲティ		
④ 照焼チキン			④ レンコンの甘辛煮			④ 鶏肉の唐揚げ			④ スマイルポテト			④ ココアムース		
⑤ 葉菜のおひたし			⑤ ちくわの煮付			⑤ 大根の煮付			⑤ ももゼリー			⑤ 牛乳		
⑥ ミニゼリー			⑥ みかん缶			⑥ りんご（生果）								
1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -		
ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ		
脂質			脂質			脂質			脂質			脂質		
炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物		
食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		
22日（水）			23日（木）			24日（金）			25日（土）			26日（日）		
献立名			献立名			献立名			献立名			献立名		
① ごはん			① ごはん			① ごはん			① ごはん			① 全粒粉食パン		
② すまし汁			② オクラのスープ			② みそ汁			② カレーライス			② クリームシチュー		
③ 肉じゃが			③ チキンカツ			③ ホイコーロー			③ インゲンとちくわのごま和え			③ ボロネーゼスパゲティ		
④ 照焼チキン			④ レンコンの甘辛煮			④ 鶏肉の唐揚げ			④ スマイルポテト			④ ココアムース		
⑤ 葉菜のおひたし			⑤ ちくわの煮付			⑤ 大根の煮付			⑤ ももゼリー			⑤ 牛乳		
⑥ ミニゼリー			⑥ みかん缶			⑥ りんご（生果）								
1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -			1杯分 -		
ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ			ｸﾞﾗﾌﾞﾙ		
脂質			脂質			脂質			脂質			脂質		
炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物		
食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		



ノロウイルスに気をつけよう！

ノロウイルスは年中流行する感染性胃腸炎の原因となるウイルスですが、冬場によく発生します。

感染力が非常に強く、症状としては嘔吐、下痢、腹痛などがあります。

外出先から帰ってきてから、そして食事の前の手洗いが感染予防にもなります。

よく泡立てた石鹸でしっかり手洗いを行いましょう！



★ 12月 … 旬の食べ物 ★

白菜 大根 レンコン

ほうれん草 みかん りんご

たら ぶり ホタテ

好き嫌いなく食べて、元気な体を作りましょう！

※魚に関しましては、噛みくだけの程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。尚、上記献立表は季節により、一部変更することがありますので、ご了承下さい。