

2025年度 遊愛保育園			12月分献立表		*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります *このほかに0・1歳児は午前中に朝おやつがあります	
日	曜	主 食	副 食	お や つ	主 な 材 料	
1	15	月	さつまいもごはん	豚肉の生姜焼き 白菜とりんごのサラダ キャベツと油揚げのみそ汁	りんごゼリー ◇牛乳	米・さつまいも・ごま・豚肉・生姜・にんにく・玉葱・人参・のり・白菜・きゅうり・りんご・アーモンド・キャベツ・油揚げ・絹ごし豆腐・牛乳・寒天・りんごジュース
2	16	火	◆◇バターロール	◇かぼちゃのグラタン シェフサラダ さつまいもの豆乳スープ	さけおむすび 麦茶	バターロール・かぼちゃ・なす・ピーマン・ウインナー・オリーブ油・玉葱・マカロニ・薄力粉・マーガリン・牛乳・ミックスチーズ・ロースハム・きゅうり・レタス・人参・レーズン・レモン・さつまいも・さやいんげん・マッシュルーム・椎茸・豆乳・白みそ・麦茶・米・鮭フレーク・ごま
3	17	水	ご飯	野菜の筑前煮 もやしとえのきの梅和え シブイ汁	◆◇大納言ケーキ ◇牛乳	米・里芋・人参・たけのこ・れんこん・ごぼう・こんにゃく・干椎茸・鶏肉・もやし・きゅうり・えのき・ロースハム・梅干・ごま油・のり・冬瓜・豚肉・長ねぎ・牛乳・小豆・薄力粉・卵・マーガリン・スキムミルク・ベーキングパウダー
4	18	木	◇ほうれん草とベーコンのスパゲティ	レタスとトマトのサラダ 鶏と野菜のスープ くだもの	ホットケーキ ◇牛乳	スパゲティ・ベーコン・人参・玉葱・しめじ・ほうれん草・にんにく・無塩バター・レタス・わかめ・トマト・きゅうり・コーン缶・鶏肉・セロリ・キャベツ・オリーブ油・みかん・牛乳・ホットケーキミックス・豆乳・メープルシロップ
5	19	金	ご飯	さつまいもと豚のみそ炒め もやしとハムの韓国風和え ワンドンスープ	◆◇トラちゃんラスク ◇アニマルビスケット ◇牛乳	米・さつまいも・玉葱・豚肉・ごま油・長ねぎ・人参・小松菜・にんにく・片栗粉・もやし・わかめ・ロースハム・ワンドンの皮・牛乳・トラちゃんラスク・アニマルビスケット
6	20	土	ご飯	大根の挽肉あん じゃが芋の梅サラダ さつまいもとおおさのみそ汁	◆◇メイプルクッキー ◇牛乳	米・大根・干椎茸・豚肉・生姜・片栗粉・じゃが芋・人参・さやいんげん・梅干・さつまいも・キャベツ・玉葱・おおさ・牛乳・グラニュー糖・卵・薄力粉・無塩バター・メープルシロップ・上白糖
8	22	月	◇食パン	◇鶏肉の野菜ソース煮込み グリーンサラダ お米と人参のスープ	◇ヨーグルト くだもの ◇牛乳	食パン・鶏肉・トマト・じゃが芋・玉葱・セロリ・マッシュルーム・グリーンピース・マーガリン・薄力粉・トマトピューレ・白ワイン・レタス・まぐろ水煮缶・きゅうり・ロースハム・コーン缶・人参・舞茸・豚肉・米・牛乳・ヨーグルト・バナナ
9	23	火	ご飯	里芋と豚肉の煮物 キャベツの乾物とえのきのスープ 長芋のスープ	◇きなこ蒸しパン ◇牛乳	米・里芋・豚肉・人参・さやいんげん・キャベツ・きゅうり・かつお節・のり・長芋・鶏肉・玉葱・プロッコリー・白ワイン・牛乳・薄力粉・きな粉・ベーキングパウダー・上白糖
10	24	水	カレーうどん	野菜の天ぷら ちくわの梅ひじき和え	☆郷 ☆ゆず寒天 緑茶	乾麺・人参・玉葱・豚肉・長ねぎ・カレールウ・さつまいも・薄力粉・サラダ菜・竹輪・梅干・きゅうり・ひじき・ごま油・かつお節・緑茶・寒天・ゆず・上白糖
11	25	木	ご飯	たらの西京焼き 大根サラダ 水菜とかぶのみそ汁	★◆◇マリトッツォ 紅茶	米・たら・白みそ・大根・きゅうり・まぐろ水煮缶・のり・かぶ・みずな・玉葱・木綿豆腐・赤みそ・紅茶・バターロール・動物性生クリーム・練乳・粉糖
12	26	金	ご飯	麻婆茄子 三色野菜の中華風ごま和え 二うときのこの中華スープ	12日ベジタブルせんべい 胚芽クッキー りんごジュース 26日◇りんご紅茶スコーン ◇牛乳	米・なす・豚肉・にんにく・長ねぎ・人参・たけのこ・椎茸・赤みそ・甜面醬・片栗粉・ごま油・もやし・ほうれん草・ごま・鶏肉・木綿豆腐・生姜・えのき・にら（12日りんごジュース・ベジタブルせんべい・胚芽クッキー）（26日牛乳・ホットケーキミックス・りんご・グラニュー糖・無塩バター・紅茶）
13	27	土	みそなす豚丼	もやし和え じゃが芋のみそ汁	◇シュガートースト ◇牛乳	米・豚肉・なす・人参・玉葱・ピーマン・にんにく・生姜・甜面醬・ウスターソース・ごま油・もやし・まぐろ水煮缶・きゅうり・油揚げ・じゃが芋・キャベツ・牛乳・食パン・グラニュー糖・マーガリン

今月の栄養価平均(3歳以上児) エネルギー518cal たんぱく質20g 脂質15g 塩分1.2g

代替え食(アレルギー等)献立名に下線がしてあるものは除去対象の食品を使用する予定のものです。
それらの献立は代替えもしくは除去の対応を行ないます
◆＝卵・卵等使用 ◇＝乳・乳製品使用

★世界の料理『マリトッツォ』イタリア
☆郷土の料理『ゆず寒天』徳島県

