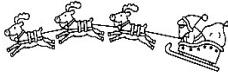




## 12月予定および献立表



2025年11月20日  
くるみ敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。園で使用しているハムは卵が含まれます

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 月			鶏肉の唐揚げ / 付野菜 ばんさんすう みそ汁	鶏肉 生姜 / ブロッコリー もやし キュウリ 人参 かにかま 南瓜 玉ねぎ ねぎ	●お麩ラスク ●牛乳
			●パン / フルーツ ●パンキンシチュー ★ハムサラダ	パン / バナナ 鶏肉 南瓜 玉ねぎ 人参 しめじ 牛乳 ルウ ハム キャベツ キュウリ 人参 コーン	夕焼けおにぎり ●牛乳
			豚丼 酢ごま和え みそ汁	豚肉 玉ねぎ しらたき ねぎ ブロッコリー キャベツ 人参 ごま ほうれん草 油揚げ	★●りんごのクランブルケーキ ●牛乳
2 火	スイミング(きりん) E~たいむ(幼児)		●ミートソーススパゲティ 大根サラダ ●チーズ	スパゲティ 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 トマト缶 小麦粉 バター 大根 キャベツ キュウリ 人参 ちりめんじゃこ チーズ	★●ミルクパン ●牛乳
			鯵のみぞ煮 / 付野菜 白和え すまし汁	さば / 南瓜 ほうれん草 白菜 豆腐 人参 こんにゃく 椎茸 えのき 麻 三つ葉	●シリアルクッキー ●牛乳
			ガパオライス グリーンサラダ 豆乳スープ	豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン パプリカ カレー粉 にんにく バジル粉 キャベツ キュウリ ブロッコリー ワインナー 玉ねぎ しめじ パセリ粉	芋もち ●牛乳
7 日					
8 月	成道会		●タンドリーチキン/付野菜 ★マカロニサラダ コンソメスープ	鶏肉 ヨーグルト カレー粉 / ブロッコリー マカロニ ツナ キュウリ コーン 人参 マヨネーズ 玉ねぎ しめじ	●マシュマロおこし ●牛乳
			鮭のおろし煮 切干大根のごま和え みそ汁	たら 大根 切干大根 ほうれん草 人参 ちりめんじゃこ ごま 厚揚げ 白菜 ねぎ	●フルーツヨーグルト ★●バウムクーヘン
			●パン / フルーツ ●ビーフシチュー コーンサラダ	パン / パイン缶 牛肉 玉ねぎ 人参 ジャガイモ エリンギ ルウ キャベツ キュウリ コーン 人参	中華おこわ ●牛乳
11 木	習字(きりん) シーツ交換(ひよこ・うさぎ・くま)		★ツナ寿司 高野豆腐の煮物 ふぶき汁	ツナ キュウリ 大葉 錦糸卵 のり 高野豆腐 玉ねぎ 人参 干椎茸 いんげん 鶏肉 大根 人参 豆腐 ごぼう ねぎ	●豆腐ドーナツ ●牛乳
			和風きのこスパゲティ 蒸し鶏と南瓜のごまサラダ ゼリー	スパゲティ 鶏肉 玉ねぎ しめじ えのき のり ささみ 南瓜 ブロッコリー キュウリ 人参 ごま ゼリー	フライドポテト ●牛乳
			チキンライス コールスローサラダ オニオンスープ	鶏肉 玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ キュウリ コーン 人参 玉ねぎ えのき	★●チーズ蒸しパン ●牛乳
14 日					

・乳児クラスは10時頃に朝のおやつ(せんべいなど)を提供しています。

・献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。

・アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
15 月	Jリーグアカデミー(いぬ・きりん)		鮭のみぞマヨ焼き じゃことひじきのサラダ ●キヤロットスープ	さけ マヨドレ キャベツ キュウリ ひじき ちりめんじゃこ パプリカ 人参 玉ねぎ しめじ バター 牛乳 米粉	●ジャムサンド ●牛乳
			●パン / ゼリー ●クリームシチュー	パン / ゼリー 鶏肉 玉ねぎ 人参 ジャガイモ ブロッコリー 牛乳 ルウ ツナ キャベツ キュウリ コーン 人参	★●スイートポテト ●牛乳
16 火	スイミング(きりん) E~たいむ(幼児)		もちつき	鯵缶の炊き込みご飯 具だくさん豚汁 フルーツ	●コロッケ ●牛乳
			習字(きりん)	★豆腐の松風焼き/付野菜 平天と野菜の煮物 みそ汁	じゃこわかめおにぎり ●牛乳
19 金	誕生会 & がんばったねパーティー		●冬野菜カレー ポテト / ブロッコリー	豚肉 玉ねぎ 人参 ジャガイモ 南瓜 かぶ ルウ スマイルポテト / ブロッコリー	★●バースディケーキ ●牛乳
			フルーツ	バナナ 黄桃缶	
20 土			豆乳担々麺 ブロッコリーのかにあん ●チーズ	中華麺 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 大豆 青梗菜 ごま 豆乳 ブロッコリーのかにあん チーズ	●スノーボールクッキー ●牛乳
			おはなし会(ボランティア)	鯵の照り焼き / 付野菜 切干大根の煮物 みそ汁	●チーズサンド ●牛乳
			避難訓練	豚肉とキャベツの味噌炒め ★ポテトサラダ ビーフンスープ	★●スイートブール ●牛乳
24 水	keiai動物園		●パン / ローストチキン かにかまサラダ ミネストローネ	パン / 鶏肉 玉ねぎ にんにく 生姜 かにかま キャベツ キュウリ 人参 玉ねぎ 人参 ジャガイモ 大豆 トマト缶	★●黒ゴママフィン ●牛乳
			●肉団子の野菜あんかけ ナムル	肉団子 玉ねぎ 人参 ピーマン ほうれん草 もやし 人参	フルーツゼリー ★●カステラ ●牛乳
			白菜のとろとろスープ	白菜 青梗菜 ちくわ 生姜	
26 金	2学期終業式		けんちんうどん 白菜とひじきのそぼろ煮 フルーツ	うどん 鶏肉 大根 人参 ごぼう こんにゃく 干椎茸 ねぎ 豚ミンチ 白菜 ひじき 人参 黄桃缶	玄米おにぎり ●牛乳
			カレーピラフ ブロッコリーサラダ	鶏肉 玉ねぎ 人参 いんげん カレー粉 ブロッコリー キュウリ	たい焼き ●牛乳
			コーンスープ	コーン 玉ねぎ パセリ粉	
27 土	幼児弁当日				
28 日					
29 月					
30 火					
31 水		大晦日			

今月の一人当たりの栄養素(3才以上)

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウムmg	鉄(mg)	ビタミンA(μg)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	食塩(g)
基準	618	23.2	17.2	250	2.3	200	0.32	0.36	23	3.6	1.6
平均	598	20.3	19	271	2.2	212	0.36	0.43	24	4.1	1.8

