

12月予定および献立表

2025年11月20日

けいあいルンビニ天王

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 月		鮭寿司	鮭、きゅうり、海苔、大葉	かぼちゃ蒸しパン ●牛乳
		おかか和え	ほうれん草、白菜、人参、竹輪	
		すまし汁	豆腐、えのき、三つ葉	
2 火		鶏肉のごま風味焼き	鶏肉	●メロンパントースト ●牛乳
		●★ハムサラダ	ハム、キャベツ、人参、きゅうり、コーン	
		味噌汁 フルーツ	大根、油揚げ、小松菜 パイン缶	
3 水		ゆかりご飯 筑前煮	ゆかり 鶏肉、大根、人参、蓮根、ごぼう、蒟蒻、いんげん	●おからクッキー ●牛乳
		キャベツとりんごのサラダ	キャベツ、りんご、きゅうり、レーズン	
		味噌汁	しめじ、わかめ	
4 木		あじの唐揚げ	あじ	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
		白和え	ほうれん草、白菜、人参、椎茸、蒟蒻、豆腐	
		味噌汁	玉ねぎ、さつまいも	
5 金		●肉団子の甘酢あん	肉団子	●ジャムパン ●牛乳
		大豆サラダ	ちりめんじやこ、大豆、キャベツ、人参、きゅうり	
		●キャロットスープ	鶏肉、人参、玉ねぎ、しめじ、牛乳、バター	
6 土		●トマトクリームスパゲティ	ペーパン、ツナ、人参、玉ねぎ、トマト缶、牛乳、スパゲティ	焼きおにぎり ●牛乳
		コールスローサラダ	キャベツ、きゅうり、人参、コーン	
		フルーツ	りんご	
7 日				
8 月		鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉 キャベツ、ゆかり	●マシュマロおこし ●牛乳
		ひじき煮	ひじき、大豆、人参、竹輪、しらたき、いんげん	
		味噌汁	豆腐、えのき、さつまいも	
9 火	シーツ交換	豚肉のしぐれ煮	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん	フルーツ寒天 ●牛乳
		●★春雨サラダ	焼き豚、もやし、人参、きゅうり、春雨	
		味噌汁	さつまいも、油揚げ	
10 水		鯖の塩焼き	鯖	●★カレーマヨースト ●牛乳
		納豆和え	ほうれん草、白菜、人参、えのき、ちりめんじやこ、納豆	
		ふぶき汁	鶏肉、大根、人参、ごぼう、蒟蒻、豆腐	
11 木		豚肉の生姜焼き	豚肉、玉ねぎ、人参	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
		じゃことひじきのサラダ	ちりめんじやこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、コーン、パプリカ	
		味噌汁	しめじ、白菜	
12 金		●クリームスパゲティ	鶏肉、玉ねぎ、人参、ほうれん草、しめじ、牛乳、ルウ、スパゲティ	おからナゲット ●牛乳
		ツナサラダ	ツナ、キャベツ、人参、きゅうり、コーン	
		フルーツ	オレンジ	
13 土		チキンライス	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、ピーマン	●★ホットケーキ ●牛乳
		ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、キャベツ、コーン、人参	
		コンソメスープ	じゃがいも、わかめ	
14 日				
15 月	ミニアトリエ	●タンドリーチキン	鶏肉、ヨーグルト ブロッコリー	おひさまゼリー せんべい ●牛乳
		●★ひじきマヨサラダ	ハム、ひじき、キャベツ、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ	
		味噌汁	油揚げ、白菜	

乳児クラスは朝おやつとしてせんべい、クッキーなどを提供しています。

アレルギー対応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ください。

マヨドレは特定原材料8品目不使用のものを使用しています。

献立内容は、仕入れ状況等により、変更する場合があります。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
16 火	ミニアトリエ	肉じゃが キャベツとみかんのサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、しらたき、いんげん キャベツ、きゅうり、みかん缶、レーズン 豆腐、しめじ、小松菜	●きなこ揚げパン ●牛乳
17 水	もちつき(りす組) 懇談	小松菜とじゃこの混ぜご飯 豚汁 フルーツ ●チーズ	小松菜、ちりめんじやこ、舞茸 豚肉、大根、人参、さつまいも、ごぼう、油揚げ、ねぎ みかん ●チーズ	●★スティックパン ●牛乳
18 木	懇談	鮭の西京焼き ★ばんさんすう 白菜のトロトロスープ	鮭 かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、錦糸卵 白菜、人参、青梗菜、竹輪	黒糖蒸しパン ●牛乳
19 金	懇談	わかめラーメン ポン酢和え フルーツ	豚肉、玉ねぎ、人参、コーン、かまぼこ、コーン、中華麺 ほうれん草、白菜、人参、えのき りんご	さつまいもスティック ●牛乳
20 土		カレーピラフ 大根サラダ きのこスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、ピーマン かにかまぼこ、大根、人参、きゅうり しめじ、えのき、玉ねぎ	●スノーボールクッキー ●牛乳
21 日				
22 月		中華風ローストチキン 白菜とひじきのそぼろ煮 味噌汁	鶏肉 鶏ミンチ、白菜、人参、ひじき 豆腐、油揚げ、小松菜	●プリン せんべい ●牛乳
23 火	避難訓練 シーツ交換	豚肉の味噌炒め マカロニサラダ わかめスープ	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン ツナ、マカロニ、人参、きゅうり、コーン、マヨドレ わかめ、えのき	だししゃかポテト ●牛乳
24 水	誕生会	チキンカレー キャベツとパインのサラダ ●チーズ	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン チーズ	●★バースディケーキ ●牛乳
25 木		鯛の竜田揚げ カニカマサラダ 味噌汁 フルーツ	鯛 かにかまぼこ、キャベツ、人参、大根、きゅうり、コーン さつまいも、油揚げ、ほうれん草 黄桃缶	マカロニきなこ ●牛乳
26 金		ミートスパゲティ じゃこサラダ フルーツ	合挽きミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、トマト缶、スパゲティ ちりめんじやこ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン オレンジ	中華おこわ ●牛乳
27 土	保育最終日	豆腐ハンバーグ お浸し スープ	鶏ミンチ、玉ねぎ、豆腐、パン粉 ほうれん草、白菜、人参 わかめ、しめじ	●★スイートポテト ●牛乳
28 日				
29 月				
30 火				
31 水				

今月の一人当たりの栄養素(乳児平均)

	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B1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	513	19.2	14.3	200	2	0.2	0.25	20	3.6	1.5未満
平均	525	18.6	15.3	252	2.1	0.36	0.41	20	4.1	1.4