



12 月 献立表



令和 7 年 12 月 1 日 社会福祉法人三心会山田町第一保育所

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ(未満児) アレルギー児対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児対応食
1	月	牛乳 せんべい		ご飯・鰯の揚げ煮・さつま芋のレモン煮・バンバンジー風サラダ 豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳・ぼたぼた焼き (えびせん)	牛乳→麦茶
2	火	牛乳 えびせん		ご飯・鶏の唐揚げ・スパゲッティソテー・グリーンサラダ そうめん汁・りんご		牛乳 ★さつま芋のガレット	牛乳→麦茶 チーズ除去
3	水	牛乳 とんがりコーン		ご飯・鮭の西京焼き・マカロニサラダ・トマト わかめの味噌汁・バナナ	バナナ→オレンジ	ジョア・歌舞伎揚げ (えびせん)	ジョア→ ミニジュース
4	木	100%ジュース サッポロポテト		オランダ島カレー・ボイルウインナー・ハムサラダ・ミニジュース みかん (バナナ) (総練習)		牛乳・ブリッツ (とんがりコーン)	牛乳→麦茶 ブリッツ→せんべい
5	金	ヨーグルト		ご飯・納豆春巻き・ビーフンソテー・彩りナムル 肉団子スープ・りんご		牛乳 ★キャロットケーキ	牛乳→麦茶
6	土	麦茶・ウエハース		麻婆丼・中華スープ・りんご		麦茶・歌舞伎揚げ	
7	日						
8	月	牛乳 ビスケット		ご飯・鶏のソース焼き・すき昆布煮・もやしツナ和え・高野豆腐味噌汁 みかん(バナナ)		ヨーグルト クラッカー	ヨーグルト →ゼリー
9	火	牛乳 ポテコ		ご飯・ハンバーグ・スパゲッティサラダ・トマト けんちんうどん・りんご		牛乳 ★カレーパン	牛乳→麦茶 アンパンマンカレー
10	水	牛乳 ウエハース		ご飯・豚肉の生姜焼き・ひじきの五目煮・きゅうり中華和え・ キャベツ味噌汁・バナナ	バナナ→オレンジ	牛乳・純米せんべい (塩せんべい)	牛乳→麦茶
11	木	牛乳 えびせん		ボルガライス・チョレギサラダ・おさつフライ・ミネストローネ いちご		牛乳 ★くまさんクッキー	牛乳→麦茶 バター除去
12	金	牛乳 サッポロポテト		ご飯・鰯フライ・スパゲッティソテー・茹ブロッコリー・大根味噌汁 みかん(バナナ)		牛乳・歌舞伎揚げ (えびせん)	牛乳→麦茶
13	土			おゆうぎ会		ご褒美おやつ	
14	日						
15	月	牛乳 とんがりコーン		ご飯・メンチカツ・シルバーサラダ・トマト・大根の味噌汁 オレンジ		★りんごのブラマンジェ	
16	火	ヨーグルト		ご飯・鮭の西京焼き・千切り野菜の煮物・彩り納豆・豆腐味噌汁 バナナ	バナナ→オレンジ	牛乳・ぼたぼた焼き (ぼりんこせんべい)	牛乳→麦茶
17	水	牛乳 サッポロポテト		ご飯・豚中華焼き・さつま芋天・大豆サラダ・ほうれん草味噌汁・ オレンジ		牛乳・かりんとう (えびせん)	牛乳→麦茶
18	木	牛乳 えびせん		鶏そぼろ丼・竹輪海女ちゃん揚げ・かぼちゃ煮・醤油ラーメン バナナ	バナナ→オレンジ	牛乳 ★アメリカンドック	牛乳→麦茶
19	金	牛乳 せんべい		ご飯・肉じゃが煮・春雨ツナ和え・マカロニサラダ・わかめの味噌汁 みかん(バナナ)		ジョア・純米せんべい (とんがりコーン)	ジョア →ミニジュース
20	土	ヨーグルト		チキンライス・野菜スープ・みかん		麦茶・ハッピーターン	
21	日						
22	月	牛乳 えびせん		ご飯・鰯オランダ揚げ・きんぴらレンコン・竹輪射込み 小松菜味噌汁・バナナ	バナナ→オレンジ	ヨーグルト 塩せんべい	ヨーグルト→ ミニジュース
23	火	牛乳 せんべい		ハンバーガー・フライドポテト・フレンチハムサラダ・野菜スープ・ みかん(バナナ)		ミニジュース ★コーンマヨピザ	
24	水	ヨーグルト		ご飯・鰯の煮つけ・和風スパゲッティ・ごまよごし・大根味噌汁 りんご		牛乳・チョコポッキー (ポテコ)	牛乳→麦茶 ポッキー→ポテコ
25	木	牛乳 パイ菓子		トナカイライス・ミニチキンナゲット・ツリーサラダ・トマト 野菜スープ・いちご (クリスマス誕生会)		りんごジュース ★クリスマスケーキ	
26	金	牛乳 とんがりコーン		餅(磯辺・きな粉・あんこ)・豚汁・みかん 未満児: ご飯・鮭西京焼き・マカロニサラダ・豚汁・バナナ (餅つき会)		牛乳 せんべい	牛乳→麦茶
27	土	麦茶ウエハース		焼肉丼・豆腐味噌汁・りんご		麦茶・ばかうけ	
28	日						
29	月			年 末 休 み			
30	火			年 末 休 み			
31	水			年 末 休 み			

12 月平均摂取エネルギー (以上児: 655kcal・未満児: 533kcal)

たんぱく質 (以上児: 19g・未満児: 18g)

※ご家庭での食事に変化等がありましたらお知らせ下さい。

※食物アレルギーに関しては個別に対応します。

※ ( ) 内は未満児 (0・1・2 歳児) に提供予定です。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・竹輪等の加工食品は卵不使用な物を提供します。

※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。

12 月の行事予定

- 4 日(木) おゆうぎ会総練習
- 13 日(土) おゆうぎ会
- 25 日(木) クリスマス誕生会
- 26 日(金) 餅つき会

