

12月献立表



*牛乳は毎日出ます。

*午前おやつは3歳未満児のみです。

*主食はパンかごはんです。

*完了食は幼児食を刻んだものが出ます。

*入荷等の状況により、予告なく内容が変更になる場合があります。

つくし保育園 令和7年12月

日・曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ
1(月)	お菓子	グリルチキン スパゲティーソテー スープ	ホットケーキ
2(火)	バナナ	かぼちゃのチーズ焼き ブロッコリーの塩ゆで 野菜スープ	きなこクリームサンド
3(水)	お菓子	冬野菜のポトフ ツナサラダ みかん	米粉の豆腐ドーナツ
4(木)	お菓子	ハヤシライス フレンチサラダ パイン缶	チーズクッキー
5(金)	お菓子	魚のゆず風味焼き 青菜のおひたし かぼちゃのみそ汁 ふりかけ	りんごケーキ
6(土)	お菓子	焼きビーフン わかめスープ バナナ	お菓子
8(月)	お菓子	豚肉と厚揚げの味噌いため ブロッコリーのごまマヨネーズあえ すまし汁	さつまいも蒸しパン
9(火)	バナナ	魚のおろしあんかけ 彩野菜の和え物 みそ汁 みかん	焼きうどん
10(水)	お菓子	関東煮 キャベツの酢の物 すまし汁 ごま佃煮	メロンパン
11(木)	お菓子	ひじきとツナの豆腐ハンバーグ グリーンポテト 白菜スープ	お菓子 チーズ
12(金)	お菓子	鶏肉のすき焼き煮 かぶの磯あえ みそ汁 りんご	おかかおにぎり
13(土)	お菓子	けんちんうどん もやしのごま塩あえ バナナ	お菓子
15(月)	お菓子	豚汁 納豆 大根とコーンのサラダ パイン缶	あんぱん
16(火)	バナナ	鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根の炒め煮 すまし汁	セサミクッキー
17(水)	お菓子	ちくわの磯辺揚げ 白菜のごま酢あえ みそ汁	お菓子 小魚の甘辛
18(木)	お菓子	タンドリーチキン マカロニサラダ スープ	ベイクドチーズポテト
19(金)	お菓子	マーボー丼 中華スープ みかん	バナナケーキ
20(土)	お菓子	焼きビーフン わかめスープ バナナ	お菓子
22(月)	お菓子	豚肉と里芋の中華炒め もやしのナムル スープ	ピザトースト
23(火)	バナナ	魚の風味焼き 青菜のおかかあえ みそ汁	ひじきおにぎり
24(水)	お菓子	ピラフ フライドチキン ポテト ブロッコリーの塩ゆで 豆乳コーンスープ りんご	カップケーキ
25(木)	お菓子	炒り豆腐 白菜のしらすあえ みそ汁 手作りふりかけ	みたらしかぼちゃ団子
26(金)	お菓子	牛肉とごぼうのトマトみそ丼 豆腐のすまし汁 みかん	二色サンド
27(土)	お菓子	けんちんうどん もやしのごま塩あえ バナナ	お菓子

12月離乳食献立表



* おかゆ（軟飯）は毎日出ます。

* だしは昆布かつおを使用します。

* 中期食は後期食を刻んだものが出ます。

* 必要に応じて育児用ミルクを飲みます。

* 入荷等の状況により、予告なく内容が変更になる場合があります。 *■しょうゆ ▲さとう

つくし保育園 令和7年12月

日・曜日	午前おやつ	昼食（初期）	昼食（中期・後期）※【】内は使用食材	午後おやつ
1(月)	お菓子	にんじんペースト たまねぎペースト	豆腐の煮物【豆腐、にんじん、たまねぎ、ピーマン、■▲】 スープ【にんじん、たまねぎ、キャベツ、■】	お菓子
2(火)	バナナ	かぼちゃペースト じゃがいもペースト	そぼろ煮【鶏ひき肉、かぼちゃ、じゃがいも、たまねぎ、■▲】 スープ【ブロッコリー、コーン、にんじん、はくさい、チンゲンサイ、■】	きな粉クリーム サンド【きな粉 パン粥】
3(水)	お菓子	だいこんペースト にんじんペースト みかん	ポトフ【鶏むね肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、かぶ、はくさい、ブ ロッコリー、■】 和え物【にんじん、だいこん、きゅうり、■】 みかん	お菓子
4(木)	お菓子	じゃがいもペースト たまねぎペースト バナナ	ささみの煮物【ささみ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、■▲】 和え物【にんじん、キャベツ、きゅうり、■】 バナナ	お菓子
5(金)	お菓子	ほうれんそうペースト かぼちゃペースト	おかかごはん 白身魚の煮物【白身魚、ほうれんそう、にんじん、もやし、■▲】 みそ汁【豆腐、かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ、みそ】	りんご
6(土)	お菓子	野菜ペースト バナナ	ささみの煮物【ささみ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、ピーマン、■▲】 スープ【豆腐、にんじん、じゃがいも、■】 バナナ	お菓子
8(月)	お菓子	ブロッコリーペースト キャベツペースト	ささみの煮物【ささみ、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、ねぎ、赤みそ▲】 和え物【ブロッコリー、にんじん、キャベツ、■】	さつまいも
9(火)	バナナ	にんじんペースト こまつなペースト みかん	おかかごはん 白身魚の煮物【白身魚、にんじん、こまつな、はくさい、コーン、■▲】 みそ汁【もやし、にんじん、じゃがいも、ねぎ、みそ】 みかん	お菓子
10(水)	お菓子	だいこんペースト ほうれんそうペースト	しらすごはん ささみの煮物【ささみ、にんじん、さといも、だいこん、■▲】 すまし汁【キャベツ、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、ねぎ、■】	お菓子
11(木)	お菓子	じゃがいもペースト にんじんペースト	豆腐の煮物【豆腐、たまねぎ、じゃがいも、ブロッコリー、■▲】 スープ【にんじん、はくさい、ねぎ、■】	お菓子
12(金)	お菓子	じゃがいもペースト はくさいペースト りんご	鶏ひき肉の煮物【鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ねぎ、■▲】 みそ汁【はくさい、かぶ、■】 りんご	おかかごはん
13(土)	お菓子	野菜ペースト バナナ	うどん【うどん、ささみ、にんじん、だいこん、さといも、ねぎ、■】 和え物【もやし、にんじん、こまつな、■】 バナナ	お菓子
15(月)	お菓子	だいこんペースト さつまいもペースト バナナ	みそ汁【麩、にんじん、さつまいも、たまねぎ、白ねぎ、みそ】 納豆【納豆、しらす、■】 和え物【だいこん、にんじん、キャベツ、コーン、■】 バナナ	お菓子
16(火)	バナナ	にんじんペースト はくさいペースト	鮭の煮物【鮭、キャベツ、にんじん、ピーマン、みそ■▲】 すまし汁【たまねぎ、はくさい、ねぎ、■】	お菓子

17(水)	お菓子	ほうれんそうペースト たまねぎペースト	白身魚の煮物【白身魚、ほうれんそう、はくさい、もやし、■▲】 みそ汁【さといも、たまねぎ、にんじん、みそ】	お菓子
18(木)	お菓子	にんじんペースト キャベツペースト	ささみの煮物【ささみ、にんじん、キャベツ、きゅうり、■▲】 スープ【にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、■】	スティック ポテト
19(金)	お菓子	チンゲンサイペースト たまねぎペースト みかん	マーボー丼風【豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、赤みそ▲】 スープ【たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、■】 みかん	バナナ
20(土)	お菓子	野菜ペースト バナナ	ささみの煮物【ささみ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、ピーマン、■▲】 スープ【豆腐、にんじん、じゃがいも、■】 バナナ	お菓子
22(月)	お菓子	たまねぎペースト にんじんペースト	ささみの煮物【ささみ、たまねぎ、さといも、にんじん、ピーマン、■▲】 スープ【もやし、キャベツ、コーン、■】	食パン【パン粥】
23(火)	バナナ	ほうれんそうペースト にんじんペースト	おかかごはん 白身魚の煮物【白身魚、ほうれんそう、にんじん、もやし、■▲】 みそ汁【豆腐、にんじん、たまねぎ、ねぎ、みそ】	軟飯【お粥】
24(水)	お菓子	ブロッコリーペースト はくさいペースト りんご	ささみの煮物【ささみ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、■▲】 豆乳スープ【ブロッコリー、たまねぎ、はくさい、豆乳、■】 りんご	お菓子
25(木)	お菓子	にんじんペースト たまねぎペースト	おかかごはん 肉豆腐【豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、■▲】 みそ汁【はくさい、ほうれんそう、たまねぎ、ねぎ、みそ】	かぼちゃ
26(金)	お菓子	だいこんペースト にんじんペースト みかん	トマトみそ丼【ささみ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマト缶、赤みそ■▲】 すまし汁【豆腐、にんじん、だいこん、ねぎ、■】 みかん	食パン【パン粥】
27(土)	お菓子	野菜ペースト バナナ	うどん【うどん、ささみ、にんじん、だいこん、さといも、ねぎ、■】 和え物【もやし、にんじん、こまつな、■】 バナナ	お菓子