



令和7年 12月 給食献立予定表 ひびきのそら保育園



日	曜	献立名	間食名	未満児おやつ	行事
1	月	麦ごはん すき焼き風煮 かきたま汁	牛乳 りんご	プリン	
2	火	ハヤシライス 白菜のゆかり和え	牛乳 フルーツタルト	みかん	
3	水	ごはん 白身フライ(ほき) トマト ブロッコリー 味噌汁	牛乳 さつまいもハイ	ヨーグルト	
4	木	麦ごはん 鶏のみそ焼き きゅうりのごま酢 五目汁	牛乳 スコーン	バナナ	
5	金	麦ごはん 柳川風煮 豆乳味噌スープ	お茶 ひじきおにぎり	幼児牛乳 米粉せんべい	
6	土	ツナサンドウィッチ スパゲティミートソース ジャがいものポタージュ	牛乳 お菓子	りんご果汁	
7	日				
8	月	麦ごはん 豚の生姜焼き 茹でキャベツ 味噌汁	牛乳 キャラメル	プリン	
9	火	麦ごはん さばの味噌煮 貝たくさんけんちん汁	牛乳 きつねおにぎり	バナナ	
10	水	麦ごはん 鶏のトマトソース ブロッコリー しらすとちんげん菜のたまごスープ	牛乳 米粉のタルト	ヨーグルト	
11	木	麦ごはん 鮭のパン粉焼き 茹で野菜(キャベツ・人参)わかめスープ	牛乳 米粉ハンケーキ	幼児牛乳 おやさいりんご	
12	金	麦ごはん 肉じゃが きのこのおろし汁	牛乳 ピザマフィン	幼児牛乳 小魚せんべい	
13	土	おにぎり きつねうどん みかん	牛乳 お菓子	みかん果汁	
14	日				
15	月	麦ごはん 鮭の塩麴焼き スティックきゅうり きつねスープ	お茶 青菜のおにぎり	プリン	
16	火	麦ごはん おでん ひじきと茎わかめの金平	牛乳 さつまいもパウンド	みかん	
17	水	麦ごはん ジャがいものオムレツ トマト カレースープ	牛乳 米粉たこ焼き	幼児牛乳 米粉せんべい	
18	木	コーンと人参のピラフ 鶏のから揚げ ポテトサラダ トマト かぼちゃスープ	牛乳 ヤクルト お誕生日ケーキ	ヨーグルト	誕生日会
19	金	麦ごはん 揚げ出し豆腐の野菜あんかけ 味噌汁	牛乳 バナナ	幼児牛乳 小魚せんべい	
20	土	ロールパン 和風きのこスパゲティ 豆乳スープ	牛乳 お菓子	りんご果汁	
21	日				

※献立は行事・材料の都合により変更になる場合がありますのでご了承ください。

今月の平均栄養給与量

月～土曜	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	塩分
乳児	491	21.1	14.8	242	2.2	202	0.39	0.38	30	1.3
幼児	623	27.2	18	265	2.7	239	0.49	0.41	38	1.8

手作りおやつ

日	曜	献立名	間食名	未満児おやつ	行事
22	月	麦ごはん チキンカツ 茹で野菜(キャベツ・人参)味噌汁	牛乳 みかん	プリン	
23	火	焼きそば のっぺい汁	牛乳 おさつポテト	ヨーグルト	もちつき お楽しみ会
24	水	麦ごはん 鮭の照り焼き ミニトマト たまごスープ	お茶 いちごぷりん	バナナ	
25	木	カラフルピラフ 煮込みハンバーグ ナポリタン ハッシュドポテト マカロニサラダ コーンスープ	ヤクルト デザートバイキング	りんご果汁	クリスマス会 バイキング
26	金	カレーライス きゅうりのゆかり和え	お茶 豆乳かぼちゃプリン	幼児牛乳 小魚せんべい	
27	土	おにぎり クリームシチュー ミニゼリー	牛乳 お菓子	みかん果汁	
28	日				
29	月				
30	火				
31	水				



☆絵本から飛び出したレシピ☆

保育士の先生から教えてもらった素敵な絵本

『しらすどん』

命をを大事にする、給食を残さずきれいに食べてくれる
子どもたちはこの絵本を通して相手の気持ちを思いやる
やさしさを学び、成長しているのだと思います♡

給食ではしらすをスープに取り入れてみました☆

12/10(水) しらすとちんげん菜のたまごスープ

☆ちんげん菜にはビタミンやミネラルが豊富です。抗酸化作用や免疫力向上が期待できます。良質なたんぱく質を含むしらすと一緒に食べて元気に過ごしましょう♡

給食年間目標

一口目は野菜
から食べよう

12月の目標

楽しい雰囲気作りをしよう