



令和7年度 12月 給食献立表 大野保育園

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前おやつ	1	バナナ 牛乳	2	ビスコ 牛乳	3	ヨーグルト	4	温野菜	5	くだものゼリー	6	
昼食	麦ご飯 焼きそば 出し昆布の佃煮 ふわふわ汁		麦ご飯 マーボー豆腐 ちりめん昆布和え みかん		麦ご飯 納豆 ホイコーロー 白菜の味噌汁		麦ご飯 すり身の包み揚げ 華風和え すまし汁		麦ご飯 五目うま煮 野菜の浅漬け		わかめうどん おにぎり	
午後おやつ	プリン・せんべい 牛乳		くず練り		にらチヂミ		芋ぜんざい		パン 牛乳			
午前おやつ	8	いりこ 牛乳	9	チーズ 牛乳	10	プリン	11	魚肉ソーセージ	12	カステラ 牛乳	13	
昼食	麦ご飯 肉豆腐 キャベツの味噌汁		麦ご飯 高野豆腐の酢豚風 春雨スープ		麦ご飯 鶏肉のおろし煮 茹でブロッコリー 大根の味噌汁		麦ご飯 焼きししゃも 大根さんぴら 豚汁		麦ご飯 ちゃんぽん ひじきの炒め煮 くだもの		炊き込みご飯 味噌汁	
午後おやつ	パン 牛乳		フルーツサンド 牛乳		おかかおにぎり		大根もち		ヨーグルト お菓子			
午前おやつ	15	ビスコ 牛乳	16	ボーロ 牛乳	17	きな粉ごはん	18	かりんとう 牛乳	19	クッキー 牛乳	20	
昼食	麦ご飯 冬野菜カレー 大根サラダ		麦ご飯 車麴の唐揚げ 白菜とりんごのサラダ 青菜の味噌汁		もちつき おべんとう		麦ご飯 大根そぼろ煮 なめこの味噌汁		麦ご飯 春巻き 切干大根のサラダ かぼちゃポタージュ		ナポリタン 野菜スープ	
午後おやつ	チーズ くだもの 牛乳		もちもちパン 牛乳		枝豆 お菓子		人参蒸しパン 牛乳		パン 牛乳			
午前おやつ	22	せんべい 牛乳	23	さつまいも	24	チーズ 牛乳	25	いりこ 牛乳	26	クラッカー 牛乳	27	
昼食	麦ご飯 豆腐の卵あんかけ お麴の味噌汁		麦ご飯 ミートソーススパゲティ 野菜スープ		麦ご飯 厚揚げの味噌煮 大根の味噌汁		クリスマス誕生会 パン フライドチキン ブロッコリーサラダ クリームシチュー くだもの		麦ご飯 肉うどん マカロニサラダ 手作りふりかけ		保育納め チャーハン 味噌汁	
午後おやつ	あずきご飯		手作りパン 牛乳		おはぎ		いちごケーキ 牛乳		お菓子 牛乳			
午前おやつ	29		30		31							
昼食												
午後おやつ												

※午前おやつは3歳未満児のみです。 ※※都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

年間目標 『楽しく食べよう』
12月の給食目標

寒さに負けない体を作ろう

①風邪に負けない抵抗力をつけよう！
(ビタミンA・ビタミンC)

冬になるとすぐ風邪をひく人、のどが痛くなる人は
いませんか？ビタミンは体内に蓄えておくことが出
来ないので、毎日の食事で野菜を食べましょう！
色の濃い野菜(緑黄色野菜)に多く含まれています。

②しっかり食べて体力をつけよう！(タンパク質)
寒さで消耗した体力を回復させるために、たんぱく質を
しっかり食べましょう！

③身体を温めよう！(炭水化物)
熱をつくり、外の寒さに体温を奪われるのを防いだり、
体を温めてくれます。

まずは、3食しっかり食べましょう★

12月の行事

10日(水) 発表会総練習② 天月会ご招待
17日(水) もちつき・お弁当の日
25日(木) クリスマス誕生会
27日(土) 保育納め

今年の冬至は22日です。
かぼちゃや小豆粥を食べたり、
身体を温めるゆず湯に入り
無病息災を願いましょう

冬至



今年も最後の月となりました！

あっという間に1年が過ぎますね
今年もたくさんのご協力ありがとうございました。
来年もどうぞよろしくお願い致します★
良い年をお迎えください・・・(^▽^)/

