



2025年度

12月予定献立表



幼保連携型認定こども園

明石南こどもの城



※ナッツ類全般は使用しておりません（くるみ、ピーカンナッツ、カシューナッツ、ピーナッツ、アーモンド等）

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	月	せんべい 牛乳	ごはん アジ <sup>あお</sup> の青 <sup>や</sup> のり焼き 南瓜 <sup>かぼちゃ</sup> のそぼろあん 白菜 <sup>はくさい</sup> のすまし汁 <sup>じる</sup> オレンジ	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
2	火	せんべい アップルジュース	ごはん すき焼き <sup>や</sup> 風煮 <sup>ふうに</sup> あさりのみそ汁 <sup>しる</sup> りんご	マカロニきなこ 牛乳	ビスケット ほうじ茶
3	水	せんべい 牛乳	麦ごはん シーフードカレー コンソメスープ パイン	ツナサラダパン 牛乳	クラッカー ほうじ茶
4	木	ウエハース ほうじ茶	ごはん たらの和風 <sup>わふう</sup> ムニエル 切干大根煮 <sup>きりぼしだいこんに</sup> 豆乳汁 <sup>とうにゅうじる</sup> バナナ	キャロットケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
5	金	せんべい ほうじ茶	胚芽丸パン <sup>はいがまる</sup> メンチカツ ポパイソテー トマトスープ オレンジ	魚介チャーハン ほうじ茶	クッキー ほうじ茶
6	土				
7	日				
8	月	ビスケット 牛乳	ごはん プリのゆず風味 <sup>ふうみ</sup> 焼き ひじきの煮物 <sup>にもの</sup> けんちん汁 <sup>じる</sup> フルーツ缶 <sup>かん</sup>	焼ビーフン ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
9	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 千草 <sup>ちぐさや</sup> 焼き 小松菜 <sup>こまつな</sup> ののり <sup>あ</sup> 和え 油揚げ <sup>あぶらあ</sup> のみそ汁 <sup>しる</sup> りんご	ピザポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
10	水	せんべい ほうじ茶	麦ごはん 豚のしょうが焼き ポテトサラダ わかめスープ バナナ	フレンチトースト 牛乳	ウエハース ほうじ茶
11	木	クラッカー 牛乳	ごはん 麻婆豆腐 <sup>まーぼーどうふ</sup> キャベツのみそ汁 <sup>しる</sup> キウイフルーツ	肉まん ほうじ茶	ポーロ ほうじ茶
12	金	クッキー ほうじ茶	ジャムコッペパン 鮭 <sup>さけ</sup> のオーロラ <sup>や</sup> 焼き チーズサラダ たまごスープ バナナ	五平もち 牛乳	せんべい ほうじ茶
13	土	せんべい 牛乳	あんかけ丼 <sup>どん</sup> 豆腐 <sup>とうふ</sup> スープ パイン	カステラ 牛乳	
14	日				
15	月	せんべい 牛乳	ごはん アジ <sup>あお</sup> の青 <sup>や</sup> のり焼き 南瓜 <sup>かぼちゃ</sup> のそぼろあん 白菜 <sup>はくさい</sup> のすまし汁 <sup>じる</sup> オレンジ	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
16	火	せんべい アップルジュース	ごはん すき焼き <sup>や</sup> 風煮 <sup>ふうに</sup> あさりのみそ汁 <sup>しる</sup> りんご	マカロニきなこ 牛乳	ビスケット ほうじ茶
17	水	せんべい ほうじ茶	ボロネーゼスパゲティ パンプキンスープ パイン	れんこんチップス アップルジュース	クラッカー ほうじ茶
18	木	ウエハース ほうじ茶	ごはん たらの和風 <sup>わふう</sup> ムニエル 切干大根煮 <sup>きりぼしだいこんに</sup> 豆乳汁 <sup>とうにゅうじる</sup> バナナ	キャロットケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
19	金	せんべい ほうじ茶	胚芽丸パン <sup>はいがまる</sup> メンチカツ ポパイソテー トマトスープ オレンジ	魚介チャーハン ほうじ茶	クッキー ほうじ茶
20	土	ポーロ 牛乳	焼きそば ポテトスープ バナナ	チーズドック 牛乳	
21	日				
22	月	ビスケット ほうじ茶	ごはん プリのゆず風味 <sup>ふうみ</sup> 焼き ひじきの煮物 <sup>にもの</sup> けんちん汁 <sup>じる</sup> フルーツ缶 <sup>かん</sup>	★南瓜のいとこ煮★ 牛乳	せんべい ほうじ茶
23	火	せんべい ほうじ茶	★チキンライス 星ハンバーグ ポテトツリー コーンスープ みかん★	ロールケーキ ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
24	水	クッキー 牛乳	ごはん 千草 <sup>ちぐさや</sup> 焼き 小松菜 <sup>こまつな</sup> ののり <sup>あ</sup> 和え 油揚げ <sup>あぶらあ</sup> のみそ汁 <sup>しる</sup> りんご	ココア蒸しパン ほうじ茶	ウエハース ほうじ茶
25	木	クラッカー 牛乳	ごはん 麻婆豆腐 <sup>まーぼーどうふ</sup> キャベツのみそ汁 <sup>しる</sup> キウイフルーツ	あんまん 牛乳	ポーロ ほうじ茶
26	金	クッキー ほうじ茶	ジャムコッペパン 鮭 <sup>さけ</sup> のオーロラ <sup>や</sup> 焼き チーズサラダ たまごスープ バナナ	★年越しうどん 牛乳	せんべい ほうじ茶
27	土	せんべい 牛乳	あんかけ丼 <sup>どん</sup> 豆腐 <sup>とうふ</sup> スープ パイン	カステラ 牛乳	
28	日				
29	月		 ねんまつきゆうえん 年末休園		
30	火				
31	水				

※献立は都合により変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつ<sup>の</sup>せんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しています。

おし  
らせ

★今月の行事食★

・22日(月) かぼちゃのいとこ煮(午後おやつ)

・23日(火) クリスマスメニュー

3歳以上児はホールで会食を行う予定です

・26日(金) 年越しうどん(午後おやつ)

今月の平均栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
・3歳未満児	490kcal	19.0g	15.0g	1.3g
・3歳以上児	595kcal	24.2g	18.3g	1.6g