



# 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 アジの青のり焼き 南瓜のそぼろあん 白菜のすまし汁 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 すき焼き風煮 あさりのみぞ汁 りんご	マカロニきなこ 牛乳	ピスケット ほうじ茶
3	水	せんべい 牛乳	むぎごはん 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 たらの和風ムニエル 切干大根煮 豆乳汁 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 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		・はうぴょう会		
7	日				
8	月	ピスケット 牛乳	ごはん ブリのゆず風味焼き ひじきの煮物 けんちん汁 フルーツ缶	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 千草焼き 小松菜ののり和え 油揚げのみぞ汁 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 キャベツのみぞ汁 キウイフルーツ	肉まん ほうじ茶	ボーロ ほうじ茶
12	金	クッキー ほうじ茶	ジャムコッペパン 鮭のオーロラ焼き 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 豆腐スープ パイン	カステラ 牛乳	
14	日				
15	月	せんべい 牛乳	ごはん アジの青のり焼き 南瓜のそぼろあん 白菜のすまし汁 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 すき焼き風煮 あさりのみぞ汁 りんご	マカロニきなこ 牛乳	ピスケット 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cker ほうじ茶
18	木	ウエハース ほうじ茶	ごはん たらの和風ムニエル 切干大根煮 豆乳汁 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 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	ボーロ 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	ピスケット ほうじ茶	冬野菜 ごはん ブリのゆず風味焼き ひじきの煮物 けんちん汁 フルーツ缶	★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	クリスマス会 ★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 千草焼き 小松菜ののり和え 油揚げのみぞ汁 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cker 牛乳	ごはん 麻婆豆腐 キャベツのみぞ汁 キウイフルーツ	あんまん 牛乳	ボーロ ほうじ茶
26	金	クッキー ほうじ茶	ジャムコッペパン 鮭のオーロラ焼き 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 豆腐スープ パイン	カステラ 牛乳	
28	日				
29	月				
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。 ※おやつのせんべい、ピスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しています。



## ★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)



年末休園

## 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