



12月 幼児食献立表



令和7年12月
幼保連携型認定こども園
神戸女子大学附属高倉台幼稚園

日付	献立名	“血・肉・骨” を作る食品 <small>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類</small>	“熱・力” の元になる食品 <small>穀類・油脂類・砂糖類・芋類</small>	“体調” を整える食品 <small>野菜類・海藻類・くだもの類</small>	調味料	エネルギー
1 (月) 弁当箱	おにぎり		米(ごま塩・青菜)			460 Kcal
	ヤンニョムチキン	鶏もも肉	砂糖・みりん・白ごま・米粉・ごま油・油	にんにく・トマトケチャップ	淡口醤油	
	お豆腐サラダ	豆腐	砂糖	レタス・人参・コーン・プロッコリー	淡口醤油	
	オレンジ			オレンジ		
2 (火)	ごはん		米			440 Kcal
	豚肉とごぼうの炒め物	豚もも肉	砂糖・ごま	ごぼう・玉葱・人参・いんげん	淡口醤油	
	小松菜の和え物		油・砂糖	小松菜・もやし・人参	淡口醤油	
	味噌マヨ厚揚げ キャンディチーズ	厚揚げ・味噌 キャンディチーズ	マヨドレ			
3 (水) 弁当箱	おにぎり		米(ゆかり・わかめ)			380 Kcal
	赤魚のオーロラソースかけ	赤魚	マヨドレ・酒・油・片栗粉	ケチャップ	淡口醤油	
	れんこんと水菜のサラダ みかん	ツナ	フレンチドレッシング	蓮根・水菜・人参 みかん		
4 (木)	キーマカレー®	鶏レバー・合い挽きミンチ	米・じゃがいも・カレールウ	人参・玉葱・にんにく・ピーマン・ホールトマト	コンソメ	540 kcal
	さっぱりサラダ		砂糖・油・胡麻	もやし・キャベツ・人参・きゅうり	淡口醤油・塩	
	りんご			りんご	塩	
	牛乳	牛乳				
5 (金) 音楽であそぼう	他人丼	牛もも肉・高野豆腐・卵	米・砂糖・油	玉葱・人参・青葱	淡口醤油	470 kcal
	バナナ ひとくちゼリー	ゼリー		バナナ		
6 (土)	二色丼	鶏ひき肉・卵	米・砂糖・みりん	いんげん・たまねぎ	淡口醤油	530 Kcal
	切り干し大根の味噌汁	油揚げ・味噌		切り干し大根・わかめ	鰹・昆布だし	
	りんご ヨーグルト	ヨーグルト		りんご	塩	
8 (月) 弁当箱	おにぎり		米(鮭・青菜)			450 kcal
	五目卵焼き	卵・豚ひき肉・木綿豆腐		たけのこ・人参・青葱・ひじき	淡口醤油	
	小松菜の磯和え		胡麻	小松菜・もやし・人参・のり	淡口醤油	
	オレンジ キャンディチーズ	キャンディチーズ		オレンジ		
9 (火)	コッペパン		コッペパン			370 Kcal
	鱈の豆乳クリームソースかけ	鱈・豆乳	オリーブオイル・米粉・酒	玉葱・にんにく・しめじ	コンソメ・淡口醤油	
	ほうれん草とじゃがいものソテー	ウインナー	じゃがいも・オリーブオイル	キャベツ・ほうれん草・コーン	淡口醤油	
	白菜のコンソメスープ 牛乳	牛乳		白菜・えのき・人参	コンソメ	
10 (水)	誕生会 クリスマスケーキ おにぎり持参🍷					
11 (木)	ごはん		米			400 Kcal
	鶏の生姜焼き	鶏もも肉	油・酒	生姜・玉葱	淡口醤油	
	大根サラダ	ツナ	胡麻ドレッシング	大根・きゅうり・人参・コーン		
	きのこわかめのすまし汁	厚揚げ		えのき・椎茸・わかめ	鰹・昆布だし・淡口醤油・塩	
12 (金)	ごはん		米			500 Kcal
	牛肉の中華炒め	牛もも肉	砂糖・ごま油	青梗菜・切り干し大根・人参	中華あじ・濃口醤油	
	さつまいものポテトサラダ® 中華風コーンスープ	ベーコン 卵・木綿豆腐	さつまいも・マヨドレ	きゅうり・人参 玉葱・コーン	淡口醤油 中華あじ	
13 (土)	焼きそば	豚ばら肉・鰹節	焼きそば麺・油・焼きそばソース	白菜・人参		450 kcal
	じゃがいもの中華スープ		じゃがいも・白ごま	キャベツ・わかめ	中華あじ・淡口醤油	
	オレンジ			オレンジ		
	ヨーグルト	ヨーグルト				
15 (月) 弁当箱	おにぎり		米(ごま塩・ゆかり)			410 Kcal
	鮭の胡麻味噌焼き	鮭・白味噌	練りごま・酒・砂糖		淡口醤油	
	ほうれん草のかつお和え	鰹節	青じそドレッシング	ほうれん草・もやし・人参		
	じゃこチーズ厚揚げ	チーズ・厚揚げ・ちりめんじゃこ			淡口醤油	

16 ㉞	【クリスマスメニュー】 コッペパン		コッペパン			570 Kcal
	チキンナゲット&ポテト	鶏ひき肉・木綿豆腐	油・片栗粉・じゃがいも	ケチャップ	コンソメ・塩	
	お星さまサラダ	チーズ	油	ブロッコリー・カリフラワー・ 水菜・コーン	酢・塩	
	ミネストローネ	ベーコン	砂糖	玉葱・人参・キャベツ・ホール トマト・ケチャップ	コンソメ	
	クリスマスクッキー	卵	小麦粉・バター・砂糖			
17 ㉟ 弁当箱	おにぎり		米(わかめ・鮭)			470 Kcal
	冬野菜卵焼き®	卵・木綿豆腐	砂糖	春菊・人参・ごぼう・ひじき	淡口醤油	
	小松菜とちくわの和え物	ちくわ	白ごま・砂糖	もやし・小松菜・人参・切り干 し大根	淡口醤油	
	みかん			みかん		
	キャンディチーズ	キャンディチーズ				
18 ㊿	もちつき 大根の味噌汁(大根・油揚げ・わかめ・味噌・鰹昆布だし) おにぎり持参🍱					
19 ㊿ 終業式	焼きうどん	豚バラ肉・かつお粉	ゆでうどん・ソース・油	キャベツ・ニラ・人参		350 Kcal
	バナナ ヨーグルト	ヨーグルト		バナナ		
20 ㊿	きのこことベーコンの和風パスタ	ベーコン	スパゲティ・オリーブオイル	玉ねぎ・しめじ	コンソメ	470 Kcal
	キャベツと卵の洋風炒め	卵	油	キャベツ	コンソメ	
	オレンジ 牛乳	牛乳		オレンジ		
22 ㊿	ごはん		米			410 Kcal
	豚肉とじゃがいもの洋風炒め	豚もも肉	オリーブオイル・じゃがいも	玉葱・にんにく・ほうれん草	コンソメ・淡 口醤油	
	かにかまサラダ	かにかまぼこ・チーズ	マヨドレ	レタス・人参・コーン・もやし		
	りんご			りんご	塩	
23 ㉞	ごはん		米			430 Kcal
	鶏の南部焼き	鶏もも肉	白ごま・黒ごま・砂糖・酒	生姜	淡口醤油	
	高野豆腐の卵とじ	高野豆腐・卵	砂糖・みりん	椎茸・いんげん	淡口醤油・鰹・ 昆布だし	
	オレンジ			オレンジ		
24 ㉟	ごはん		米			430 Kcal
	鮭の照り焼き	鮭	砂糖・みりん・酒		淡口醤油	
	切り干し大根の煮物	油揚げ	砂糖・みりん	切り干し大根・人参・枝豆	鰹・昆布だし 淡口醤油	
	バナナ			バナナ		
25 ㊿	ごはん		米			490 Kcal
	すき焼き	牛もも肉・焼き豆腐	酒・砂糖	白葱・玉葱・椎茸・えのき・人 参・白滝	淡口醤油	
	キャベツの胡麻和え		白ごま・練りごま・砂糖	キャベツ・もやし・人参	淡口醤油	
	きな粉さつまいも	きな粉	さつまいも・砂糖			
26 ㊿	ごはん		米			360 Kcal
	鯖のケチャップ焼き	鯖	酒	玉ねぎ・ケチャップ	淡口醤油	
	小松菜のサラダ		胡麻ドレッシング	小松菜・人参・白菜		
	豆腐のすまし汁	豆腐		わかめ・青葱	鰹・昆布だし 淡口醤油 塩	
27 ㊿	中華丼	豚もも肉	米・片栗粉・砂糖	白菜・玉葱・人参・干し椎茸・ 生姜	中華あじ 淡口醤油	430 kcal
	ひじきのサラダ	豆腐	砂糖	ひじき・人参・小松菜	淡口醤油	
	オレンジ キャンディーチーズ	チーズ		オレンジ		

〔給食室からのお知らせ〕

- ・毎週月曜日と水曜日は、おにぎり給食のため、空の弁当箱を持たせてください。
- ・10日(水)は誕生会です。おやつを食べるためのフォークと、昼食のおにぎり🍱の持参をお願いします。
- ・18日(木)はもちつきです。おにぎり🍱の持参をお願いします。
- ・19日(金)は午前保育です。2・3号認定児のみ給食の提供があります。