



# 令和7年 12月の献立表

みづほ保育園

日	曜日	行 事	献立名	血や肉になるもの	熱と骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
1	月		にくどうふ スパゲティサラダ くだもの	ぎゅうにく とうふ ハム	あぶら さとう かたくりこ スパゲティ マヨネーズ	たまねぎ にんじん しめじ コーン あおねぎ キャベツ	ぎゅうにゅう ★ツナのチヂミ
2	火	発表会予行(幼児)	さかなのマヨネーズやき ハムサラダ みそしる くだもの	さかな ハム あぶらあげ とうふ みそ	マヨネーズ さとう	たまねぎ キャベツ きゅうり しめじ にんじん あおねぎ だいこん	ぎゅうにゅう せんべい
3	水	東小秋まつり招待(きりん)	かにたま もやしソテー ちゅうかスープ くだもの	たまご カニカマ ベーコン	あぶら さとう	にんじん たまねぎ チンゲンサイ もやし ピーマン コーン しいたけ えのきたけ	ぎゅうにゅう ウエハース
4	木		ポトフ ひじきとツナのサラダ くだもの	ウインナー ツナ だいず	じゃがいも あぶら ごま さとう	ブロッコリー たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり ひじき	ぎゅうにゅう ★かぼちゃケーキ
5	金	発表会(幼児)	しろみざかなフライ おひたし みそしる ミニゼリー	さかな とうふ みそ	ばんこ ごま あぶら	はくさい こまつな にんじん もやし だいこん あおねぎ たまねぎ	やさいせいかつ クッキー
6	土						
8	月	祖父母参観	だいずのかきあげ おかかあえ みそしる くだもの	だいず ツナ かつおぶし とうふ みそ	あぶら	たまねぎ にんじん かぼちゃ コーン ほうれんそう キャベツ えのきたけ だいこん しめじ	ぎゅうにゅう ビスケット
9	火	クッキング (きりん、ぱんだ)	マーボードウフ はるさめサラダ ヨーグルト	とうふ ぶたにく みそ ハム	ごまあぶら さとう かたくりこ はるさめ	にんじん たまねぎ ほしいたけ あおねぎ しょうが もやし きゅうり	ぎゅうにゅう ★かたぬきクッキー
10	水	避難訓練	さかなのごまみそやき チキンサラダ すましじる くだもの	さかな みそ とりにく とうふ	さとう ごま あぶら	こまつな にんじん キャベツ ほうれんそう えのきたけ しょうが	ぎゅうにゅう せんべい
11	木	げんキッズ	おでん チーズサラダ くだもの	ちくわ とりにく あつあげ たまご チーズ	こんにゃく マヨネーズ	だいこん にんじん キャベツ きゅうり コーン	リンゴジュース ★ジャムクリームサンド
12	金	栄養指導(うさぎ)	さかなのしおやき きんぴらごぼう みそしる くだもの	さかな さつまあげ みそ あぶらあげ	しらたき さとう あぶら ごま じゃがいも	インゲン たまねぎ あおねぎ ごぼう にんじん	ぎゅうにゅう ビスケット
13	土						
15	月		ジャーチャードウフ チンゲンサイのスープ チーズ くだもの	ぶたにく あつあげ ハム チーズ	ごまあぶら かたくりこ さとう	はくさい にんじん あおねぎ もやし ほしいたけ チンゲンサイ しめじ たまねぎ	ぎゅうにゅう ★おにぎり
16	火	発表会予行(乳児)	にざかな だいこんサラダ みそしる くだもの	さかな ハム あぶらあげ みそ	さとう ごまあぶら	しょうが だいこん きゅうり わかめ にんじん コーン はくさい	ぎゅうにゅう ドーナツ
17	水	サッカー教室 身体計測	ツナとたまごのグラタン コーンとわかめのスープ くだもの	たまご ツナ チーズ	マカロニ バター	たまねぎ ほうれんそう わかめ コーン にんじん	ヤクルトジョア クッキー
18	木	えほんの日	とりのからあげ こんぶあえ かぼちゃスープ ミニゼリー	とりにく ベーコン	かたくりこ あぶら	しょうが きゅうり キャベツ にんじん かぼちゃ	ぎゅうにゅう せんべい
19	金	発表会(乳児)	カレーシチュー わかめサラダ くだもの	ぎゅうにく	じゃがいも カレールウ さとう あぶら	たまねぎ にんじん わかめ もやし キャベツ きゅうり	ぎゅうにゅう ★バナナビスケット
20	土						
22	月	お誕生会	チャーハン ぎょうざ ナムル ちゅうかスープ くだものゼリー	ハム たまご ぶたにく	ごまあぶら	たまねぎ にんじん あおねぎ ほうれんそう もやし しいたけ わかめ	ラブミープラス ケーキ
23	火	クリスマス会	ナポリタン クロワッサン ポテト ナゲット コールスローサラダ コンソメスープ ゼリー	ウインナー ナゲット ベーコン	スパゲティ じゃがいも マヨネーズ パン	たまねぎ にんじん ピーマン コーン きゅうり キャベツ しめじ	ヨーグルトドリンク クリスマスケーキ
24	水	ふれあいサロン(きりん) 給食費集金日	ベーコンオムレツ フレンチサラダ ミネストローネ くだもの	たまご ベーコン ハム ウインナー	バター さとう あぶら だいず マカロニ	たまねぎ ピーマン キャベツ にんじん きゅうり トマトかん コーン	★ソフトミルクゼリー
25	木		さかなのポンずやき ごもくまめ みそしる くだもの	さかな あぶらあげ みそ だいず	こんにゃく さつまいも さとう	にんじん ごぼう れんこん こんぶ たまねぎ あおねぎ	ぎゅうにゅう せんべい
26	金	保育納め	としこしうどん かわりサラダ ミニゼリー	とりにく さつまあげ ちりめんじゃこ かまぼこ	うどん ごま マヨネーズ	たまねぎ にんじん ほしいたけ あおねぎ キャベツ ほうれんそう コーン もやし	リンゴジュース パイ
27	土	土曜保育午前のみ					

12月28日(日)～1月4日(日)年末年始のお休み

1月5日(月)～通常保育

\*園の行事、仕入れ材料等で献立が変更になることがあります  
\*★印は手作りおやつです

