

令和7年12月 献 立 表



★印はマヨネーズ使用です

長 栄 保 育 園

日	曜 日	献 立 名	主 食	材 料 名			お や つ	
				熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	乳 児 (午前)	乳幼児 (午後)
1	月	かぼちゃのそぼろ煮 豚 汁	ご は ん	油 さとう かたくり粉 糸こんにゃく	鶏ひき肉 削り節 豆腐 豚もも肉	しょうが かぼちゃ たまねぎ グリンピース(冷) だいこん ごぼう 葉ねぎ にんじん	牛 乳 ルヴァンプライム	牛 乳 カルシウムせんべい
2	火	鶏肉と野菜のカレースープ煮 れんこんサラダ★	ロールパン	油 じゃがいも すりごま(白) マヨネーズ	鶏もも肉 ロースハム	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ コーン缶 れんこん しめじ	お 茶 ばりんこ	お 茶 チーズリゾット
3	水	冬野菜のなかよし煮 みそ汁	ご は ん	さといも 糸こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん ごぼう れんこん こまつな グリンピース(冷) 干し椎茸 たまねぎ	お 茶 エマチーズクラッカー	牛 乳 アスバラガス ビスケット
4	木	コーンクリームシチュー マカロニサラダ★	食 パン	じゃがいも 油 バター 小麦粉 マカロニ マヨネーズ	鶏もも肉 スキムミルク ロースハム	たまねぎ にんじん グリンピース(冷) コーン缶 クリームコーン缶 キャベツ きゅうり	お 茶 クリームラスク	牛 乳(100) りんご エマシガービスケット
5	金	みそ煮おでん 大豆と小魚のごまからめ	ご は ん	さといも 糸こんにゃく 油 さとう かたくり粉 白ごま	生揚げ 揚げはん 削り節 大豆(水煮) たつくり	だいこん にんじん	お 茶 マリー	牛 乳 ばかうけ(青のり)
6	土	ラーメン ヨーグルト		中華めん(生) 油 ごま油	焼き豚 生わかめ ヨーグルト	にんじん もやし コーン缶 葉ねぎ	お 茶 ばりんこ	
8	月	煮 魚(にんじん) 合わせみそ汁 チーズ	ご は ん	さとう	さかな 油揚げ 生わかめ 削り節 チーズ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん えのきたけ	牛 乳 満月ボン	牛 乳 チーズおかき
9	火	マーボー豆腐 ばんさんすう 味付け煮干	ご は ん	油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 味付け煮干	にんにく しょうが にんじん 葉ねぎ きゅうり もやし たまねぎ	お 茶 花三色	お 茶 大学いも
10	水	肉団子と白菜のスープ煮 れんこん炒め	ミルク ロール	かたくり粉 油 さとう	鶏ひき肉 ベーコン	しょうが にんじん たまねぎ はくさい しめじ れんこん コーン缶	牛 乳 カルシウムせんべい (ごま)	牛 乳 シスコーン
11	木	手作りカレーライス チーズサラダ★	麦 ご は ん	油 じゃがいも 小麦粉 バター マヨネーズ	豚もも肉 スキムミルク チーズ ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷) キャベツ きゅうり	お 茶 白い風船	み か ん ハッピーターン
12	金	豆腐ハンバーグ 野菜スープ	ミルク ロール	パン粉(乾) 油 さとう	豆腐 鶏ひき肉 干しひじき 卵 スキムミルク ロースハム	たまねぎ ブロッコリー キャベツ にんじん	お 茶 しるこサンド クラッカー	牛 乳 ふるさとボン菓子
13	土	長 栄 保 育 園 お 遊 戯 会						
15	月	魚の甘酢ソースかけ かき玉スープ	ミルク ロール	かたくり粉 油 さとう	白身魚 豆腐 生わかめ 卵	たまねぎ にんじん ほうれんそう	牛 乳 チーズあられ	牛 乳 ミレービスケット
16	火	冬野菜のなかよし煮 みそ汁	ご は ん	さといも 糸こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん ごぼう れんこん こまつな グリンピース(冷) 干し椎茸 たまねぎ	お 茶 たべっこどうぶつ	牛 乳 肉まん風蒸しパン
17	水	焼き肉ごはん もやしあえ 春雨スープ	ご は ん	さとう ごま油 油 すりごま(白) はるさめ(乾)	豚もも肉 ロースハム	にんにく しょうが レモン(果汁) たまねぎ 葉ねぎ もやし きゅうり みかん缶 にんじん はくさい	お 茶 エマシガービスケット	お 茶 ビレーネ
18	木	みそ煮おでん 大豆と小魚のごまからめ	ご は ん	さといも 糸こんにゃく 油 さとう かたくり粉 白ごま	生揚げ 揚げはん 削り節 大豆(水煮) たつくり	だいこん にんじん	お 茶 野菜かりんとう	牛 乳 ハーベスト
19	金	かぼちゃのそぼろ煮 豚 汁	ご は ん	油 さとう かたくり粉 糸こんにゃく	鶏ひき肉 削り節 豆腐 豚もも肉	しょうが かぼちゃ たまねぎ グリンピース(冷) だいこん ごぼう 葉ねぎ にんじん	牛 乳 ばりんこ	牛 乳 ビスコ
20	土	インディアンスパゲティ 発酵乳		スパゲティ 油	合い挽き肉 発酵乳	にんじん 青ピーマン たまねぎ しめじ にんにく しょうが	お 茶 ミレービスケット	
22	月	煮 魚(にんじん) 合わせみそ汁 チーズ	ご は ん	さとう	さかな 油揚げ 生わかめ 削り節 チーズ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん えのきたけ	牛 乳 満月ボン	牛 乳 きなこ餅
23	火	マーボー豆腐 ばんさんすう 味付け煮干	ご は ん	油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 味付け煮干	にんにく しょうが にんじん 葉ねぎ きゅうり もやし たまねぎ	お 茶 カルシウム せんべい	牛 乳 ぼたぼた焼き
24	水	鶏肉と野菜のカレースープ煮 れんこんサラダ★	ロールパン	油 じゃがいも マヨネーズ すりごま(白)	鶏もも肉 ロースハム	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ コーン缶 れんこん しめじ	お 茶 ルヴァンプライム	牛 乳 フレックパー
25	木	ケチャップライス フライドチキン コンソメスープ	ご は ん	油 小麦粉	ロースハム 鶏もも肉	たまねぎ にんじん 青ピーマン もやし はくさい えのきたけ コーン缶 パセリ	牛 乳 ハッピーターン	野菜ジュース 源氏パイ
26	金	なめしごはん 年越しにゅうめん 鶏肉の照り煮	ご は ん	そうめん さとう	油揚げ 削り節 鶏もも肉	ほうれんそう たまねぎ にんじん ブロッコリー	牛 乳 花三色	牛 乳 しるこサンド
27	土	お 弁 当					お 茶 ばりんこ	
29	月	年 末 休 暇						
30	火	年 末 休 暇						
31	水	年 末 休 暇						