



令和7年12月

# 献立表



新田こぼと園

日	曜	午前おやつ (未満児)	主 食	屋 食	午後おやつ
1	月	ビスケット 牛乳	ご飯	和風オムレツ かぼちゃ甘煮 人参きんぴら グレープフルーツ 麦茶	メロンパン (以)牛乳(未)麦茶
2	火	りんごジュース	ご飯	鶏肉のママレード焼き のりっこりー コーンチャウダー バナナ 麦茶	★マシュマロおこし (以)牛乳(未)麦茶
3	水	パイ菓子 麦茶	イギリスパン いちごジャム	世界の料理をたべよう 〜イギリス〜 フィッシュ&チップス スコッチブロス フルーツゼリー 麦茶	★スコーン (以)牛乳(未)麦茶
4	木	クラッカー 牛乳	わかめ ご飯	厚揚げのそぼろあん 納豆和え バナナ 麦茶	マフィン 塩せんべい (以)牛乳(未)麦茶
5	金	甘辛せんべい 牛乳	ご飯	サーモンの塩焼き ビーフンソテー ☆宮城はつと汁 みかん 麦茶 ※たんぽぼ組、もも組は「はつと」を抜いて提供します。	★きなこラスク (以)牛乳(未)麦茶
6	土	ビスケット 牛乳	ご飯	大豆ミートローフ トマト 煮っころがし かぼちゃのみそ汁 バナナ 麦茶	醤油せんべい パイ菓子 野菜ジュース
7	日				
8	月	揚げせんべい 牛乳	ご飯	マーボー豆腐 野菜スティック グレープフルーツ 麦茶	★スイートポテト (以)牛乳(未)麦茶
9	火	クラッカー 牛乳	ご飯	サーモンのピザ焼き 洋風スパゲッティ バナナ 麦茶	ごまあんパン (以)牛乳(未)麦茶
10	水	甘辛せんべい 牛乳	納豆 ご飯	野菜たっぷり肉じゃが ほうれん草のみそ汁 みかん 麦茶	★フレーククッキー (以)牛乳(未)麦茶
11	木	塩せんべい 牛乳	ご飯	サバのみぞれ煮 野菜のおかか和え グレープフルーツ 麦茶	みそパン (以)牛乳(未)麦茶
12	金	パイ菓子 麦茶	パン	豚肉と白菜のクリームシチュー うまっこりー バナナ 麦茶	★夕焼けご飯 乳酸菌飲料
13	土	ビスケット 牛乳	ご飯	スパニッシュオムレツ トマト 切干大根炒め 豆腐とわかめのみそ汁 みかん 麦茶	甘辛せんべい パイ菓子 豆乳ココア
14	日				
15	月	塩せんべい 牛乳	ご飯	タラのねぎみそ焼き おから煮 雪見汁 バナナ 麦茶	★パン・オ・レ・チーズ (以)牛乳(未)麦茶
16	火	揚げせんべい 牛乳	ご飯	コーンのツナキッシュ かぼちゃ甘煮 しらす納豆 みかん 麦茶	あんパン (以)牛乳(未)麦茶
17	水	ぶどうジュース	石狩 ご飯	お誕生会お祝いメニュー 鶏肉のパン粉焼き すき昆布煮 なめこ汁 グレープフルーツ 麦茶	ガトーショコラ 塩せんべい (以)牛乳(未)麦茶
18	木	クラッカー 牛乳	ふりかけ ご飯	お楽しみ給食 ※すみれ、ゆり組は、お弁当に盛付けます サーモンのオリーブ焼き ポテト 五目きんぴら バナナ 野菜ジュース	★フレンチトースト (以)牛乳(未)麦茶
19	金	パイ菓子 麦茶	パン	大豆たっぷりポークハヤシ もやしのり酢 グレープフルーツ 麦茶	★みそおにぎり 麦茶
20	土	ビスケット 牛乳	ご飯	サーモンポテサラ焼き トマト 人参きんぴら 青菜と里芋のみそ汁 バナナ 麦茶	醤油せんべい パイ菓子 野菜ジュース
21	日				
22	月	甘辛せんべい 牛乳	ご飯	鶏肉のバターしょうゆ 冬至かぼちゃ 春雨炒め みかん 麦茶	★フライドポテト 麦茶
23	火	クラッカー 牛乳	納豆 ご飯	タラのマヨネーズ焼き 炒り豆腐 グレープフルーツ 麦茶	クリームパン (以)牛乳(未)麦茶
24	水	パイ菓子 麦茶	クロワッサン	クリスマスメニュー 照焼きチキン ポテサラツリー コーンスープ サンタさんの3色ゼリー 麦茶	クリスマスケーキ 塩せんべい (以)牛乳(未)麦茶
25	木	揚げせんべい 牛乳	ご飯	サーモンのホワイトソース ポパイスパゲッティ さつま芋のみそ汁 バナナ 麦茶	★チーズブティング (以)牛乳(未)麦茶
26	金	ビスケット 牛乳	ご飯	鶏肉の生姜焼き 野菜ビビンバ グレープフルーツ 麦茶	★年越しうどん 乳酸菌飲料
27	土	カルシウムせん 牛乳	ご飯	みそ卵焼き トマト ほうれん草のソテー かぼちゃのみそ汁 みかん 麦茶	醤油せんべい パイ菓子 豆乳ココア
28	日				
29	月				
30	火				
31	水				

年末年始休園日(12/29～1/3)

## お知らせ

- ★印は、手作りおやつです
- ☆印は、宮城・東北の郷土料理です
- 12/06(土) 生活発表会
- 12/17(水) お誕生会
- 12/23(火) もちつき会※窒息事故防止の為、おもちは提供しません。

## 【今月の平均栄養給与量】

栄養成分	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	521	631
たんぱく質(g)	20.2	25.0
脂質(g)	14.8	18.4
食塩相当量(g)	1.3	1.6

※都合により献立を変更する場合があります。

## 【冬至について】

12/22は冬至です。冬至は、一年で一番太陽が出ている時間が短い日です。別の言い方をすると、この日は一年で最も夜である時間が長いということになります。そのため、昔の人々は生命の終わる時期だと考えていたようです。現在でもその厄を払うためにかぼちゃやお汁粉を食べ体を温めることで、栄養をとり無病息災を祈っていました。この慣わしは現在も続いています。

