



12月献立表



社会福祉法人 明秀福祉会
さつき認定こども園

2025年

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	力や熱となる(きいろ)	体の調子をととのえる(みどり)
1	月	カレーうどん、キャベツとりんごのサラダ、オレンジ	じゃこひじきおにぎり、牛乳	豚肩ロース、油揚げ / 乾煎、しらす干し	ゆでうどん、フレンチドレッシング / 白いりごま	人参、たまねぎ、生しいたけ、キャベツ、きゅうり、りんご、レーズン、オレンジ / 人参、(乾) ひじき
2	火	じゃこ入り梅ごはん、鶏肉のさっぱり煮、ごまかぼちゃ、野菜スープ、バナナ	きな粉ケーキ、牛乳	鶏もも肉、鶏ひき肉 / きな粉、無調整豆乳	白いりごま、三温糖、酒 / 上新粉、粉黒糖、油	大葉、しょうが、にんにく、かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、人参、セロリ、バナナ / レーズン
3	水	ご飯、鮭のコーンフ레이크フライ、小松菜のおかか和え、ソーメン汁、りんご	ひらやーちー、牛乳	鮭、卵、花かつお、削り節 / ツナ水煮缶	小麦粉、パン粉、揚げ油、そうめん / 小麦粉、油	小松菜、人参、ネギ、りんご / なら、もずく
4	木	あわごはん、ぎせい豆腐、ごぼうの梅煮、鶏汁、柿	おかかおにぎり、牛乳	木綿豆腐、鶏ひき肉、卵、鶏もも皮なし、削り節、みそ / 鰹節	もちきび、油、三温糖、白いりごま、さつまいも / 精白米、白いりごま	人参、長ネギ、(乾) しいたけ、ごぼう、梅干し、大根、しめじ、しょうが、柿
5	金	タコライス、ブロッコリーのツナ和え、白菜のスープ、梨	野菜チップス、牛乳	牛ひき肉、レバー(ミンチ)、ツナ水煮缶、ベーコン(卵・乳不使用)	押麦、油、三温糖、オリーブ油 / 油	にんにく、たまねぎ、人参、レタス、トマト、ブロッコリー、白菜、生しいたけ、梨人参、さつま芋
6	土	中華丼、カリカリきゅうり、豆腐のみそ汁	ビスケット、牛乳	豚肩ロース、木綿豆腐、削り節、みそ	胚芽米、ごま油、三温糖、片栗粉、白いりごま / アスパラガスビスケット	人参、たまねぎ、白菜、コーン缶、きゅうり、大葉、カットワカメ
8	月	ご飯、鶏肉と冬野菜のクリーム煮、キャベツとコーンのスープ、オレンジ	小魚トースト、牛乳	鶏もも肉、牛乳、ひよこまめ水煮 / ビーズ用チーズ、じゃこ	じゃがいも、食塩不使用バター、小麦粉 / 食パン、コーン缶	たまねぎ、人参、ブロッコリー、キャベツ、ホールコーン缶、オレンジ / 青のり
9	火	雑穀ごはん、鮭のみぞれかけ、切り干しの煮物、かぼちゃのみそ汁、りんご	人参ホットケーキ、牛乳	鮭、油揚げ、削り節、みそ / 無調整豆乳、卵	押麦、もちきび、小麦粉、揚げ油、油、三温糖 / ホットケーキミックス、油	大根、切り干しだいこん、人参、かぼちゃ、えのき、ネギ、りんご / 人参
10	水	あわごはん、手作りふりかけ、チキンと野菜の煮付け、もずくの酢の物、豆乳みそ汁	ツナカレーおにぎり、牛乳	しらす干し、鶏もも肉、厚揚げ、油揚げ、無調整豆乳、削り節、みそ / ツナ水煮缶	胚芽米、もちきび、白いりごま、三温糖、こんにゃく、白米、もちきび、	焼きのり、大根、人参、もずく、しょうが、レモン汁、きゅうり、キャベツ / 人参、(乾) パセリ
11	木	お弁当会	黒糖かぼちゃまんじゅう、牛乳		小麦粉、B.P、粉黒糖	かぼちゃ
12	金	鳥人参の日 ご飯、ブリの照り焼き、鳥人参のカラフルナムル、アーサ汁、バナナ	かぼちゃのお焼き、牛乳	花かつお、絹ごし豆腐、削り節 / 牛乳	片栗粉、油、三温糖、ごま油、すりごま / 小麦粉、片栗粉、三温糖、油	ほうれんそう、コーン缶、あおさ、バナナ / かぼちゃ
13	土	きつねうどん、きゅうりとわかめの和え物、みかん	13時降園	油揚げ、ツナ水煮缶	ゆでうどん、油、白いりごま	人参、ほうれんそう、きゅうり、カットワカメ、みかん
15	月	とんこつ風ラーメン、白菜の和え物、みかん	わかめおにぎり、牛乳	豚肩ロース、無調整豆乳、ツナ水煮缶	生中華めん、白いりごま、ごま油、三温糖 / 白米、	人参、たまねぎ、もやし、ホールコーン缶、白菜、きゅうり、みかん
16	火	麦ごはん、めかじきの風味焼き、ナスのカレー炒め、豚汁、りんご	ボンボン豆腐ドーナツ、牛乳	めかじき、牛ひき肉、豚肉、削り節 / 木綿豆腐	押麦、小麦粉、油、ごま油 / 小麦粉、B.P、粉黒糖、油、粉糖	しょうが、青のり、なす、玉ねぎ、人参、トマト、にんにく、(冷) 里芋、大根、人参、長ネギ、りんご
17	水	ロールパン、かぼちゃシチュー、大根サラダ、ブロッコリーのスープ、バナナ	ゆかりおにぎり、牛乳	鶏もも皮なし、ツナ水煮缶、ベーコン(卵・乳不使用)	ロールパン 30g、油、食塩不使用バター、小麦粉、ごまドレッシング / 白米、白いりごま、	人参、玉ねぎ、かぼちゃ、コーン缶、大根、きゅうり、赤パプリカ、黄パプリカ、ブロッコリー、えのき、バナナ
18	木	ご飯、ぶりぶり中華炒め、パンサンスー、わかめスープ、大学芋	フルーツヨーグルト、牛乳	鶏もも肉、ハム(卵・乳不使用、削り節、ヨーグルト)	ごま油、こんにゃく、油、片栗粉、はるさめ、三温糖、白いりごま、さつまいも、揚げ油、黒ごま	人参、たまねぎ、にんにく、しょうが、きゅうり、黄パプリカ、カットワカメ、長ネギ / バナナ、みかん缶
19	金	ご飯、白身魚カレー粉揚げ、大根の煮物、里芋とパクチョイのみそ汁、オレンジ	ふりかけおにぎり、牛乳	白身魚、厚揚げ、削り節、みそ	小麦粉、揚げ油、片栗粉 / 白米	大根、人参、(冷) さといも、パクチョイ、オレンジ
20	土	ハヤシライス、おからサラダ、りんご	はちや米、牛乳	豚肩ロース、生おから、ツナ水煮缶	押麦、小麦粉、三温糖、油、マヨドレ / はちやくみ	たまねぎ、人参、しめじ、きゅうり、コーン缶、トマト、りんご
22	月	冬至 トウジンジーシュー、豚肉と根菜の煮もの、かぼちゃのそぼろ煮、なめこ豆腐のみそ汁、	青菜おにぎり、牛乳	豚肩ロース、鶏ひき肉、木綿豆腐、削り節、みそ / さくらえび	三温糖、片栗粉 / 白米、ごま油	人参、かぼちゃ、(乾) しいたけ、大根、ごぼう、なめこ、なら、たんかん / 小松菜、
23	火	ご飯、白身魚の揚げ煮、大根のきんぴら、ほうれん草のみそ汁、バナナ	肉まん、牛乳	白身魚、油揚げ、削り節、みそ	片栗粉、酒、三温糖、白いりごま / 肉まん	大根、人参、ほうれんそう、しめじ、バナナ
24	水	クリスマス会 ケチャップライス、鶏の唐揚げ、豆乳スープ、ポテトサラダ、オレンジ	クリスマス会♡ クリスマスケーキ、ジョア	ウインナーソーセージ(卵・乳不使用、鶏もも肉、調整豆乳、ハム(卵・乳不使用 / 卵、牛乳、生クリーム	胚芽米、油、三温糖、片栗粉、揚げ油、オリーブ油、じゃが芋、マヨドレ / グラニュー糖、ホットケーキmix	人参、玉ねぎ、コーン缶、(冷) グリンピース、しょうが、ブロッコリー、しめじ、きゅうり、オレンジ / いちご
25	木	ご飯、豆腐の五目揚げ、ひじきの煮物、大根と里芋のみそ汁、りんご	鮭おにぎり、牛乳	鶏ひき肉、沖繩豆腐、卵、大豆水煮缶、卵なし竹輪、油揚げ、削り節、みそ / 鮭フレーク	油、片栗粉、揚げ油、三温糖 / 白米、白いりごま	人参、れんこん(水煮) スライス、ネギ、(乾) ひじき、大根、(冷) さといも、りんご / 大葉
26	金	チキン南蛮丼、大根とツナのサラダ、わかめと厚揚げのみそ汁、フルーツポンチ	チーズスコーン、牛乳	鶏むね肉、ツナ水煮缶、花かつお、厚揚げ、削り節、みそ / カッテージチーズ、卵、牛乳	小麦粉、揚げ油、三温糖、マヨドレ / 小麦粉、B.P、バター、三温糖	たまねぎ、赤パプリカ、キャベツ、大根、きゅうり、カットワカメ、ネギ、バナナ、りんご、みかん缶
27	土	味噌うどん、甘酢和え、りんご	13時降園	豚肩ロース、削り節、しらす干し	ゆでうどん、三温糖	たまねぎ、人参、ほうれんそう、トマト、きゅうり、カットワカメ、りんご
29	月	年末休み				
30	火	年末休み				
31	水	年末休み				

良いお年を
お迎え下さい

* 献立は都合により変更することがあります。

* 第2木曜日はお弁当会です。愛情いっぱいのお弁当よろしくをお願いします





12月離乳食献立表（後期）



社会福祉法人 明秀福祉会
さつき認定こども園

2025年

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	力や熱となる（きいろ）	体の調子をととのえる（みどり）
1	月	ひき肉野菜うどん、スティックきゅうり、オレンジ	しらすとひじきのおじや	鶏ひき肉	ゆでうどん、片栗粉	生しいだけ、キャベツ、たまねぎ、人参、きゅうり、オレンジ
2	火	7～5分粥、ささみとカボチャのくたくた煮、野菜スープ、バナナ	人参豆乳粥	鶏ささみ	7～5分粥、片栗粉	かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、人参、セロリ、バナナ
3	水	7～5分粥、白身魚といんげんのくたくた煮、ソーメン汁、りんご煮	ツナともずくのおじや	白身魚	7～5分粥、片栗粉、そうめん	小松菜、人参、りんご
4	木	7～5分粥、豆腐の野菜ひき肉あんかけ、具だくさん汁	ごぼうおかか粥	木綿豆腐、鶏ひき肉、みそ	7～5分粥、片栗粉、さつまいも	人参、長ネギ、大根
5	金	ひき肉と野菜のあんかけ丼、白菜のスープ、ラ・フランス	さつま芋とブロッコリーのおじや	鶏ひき肉、レバー（ミンチ）	7～5分粥	たまねぎ、レタス、トマト、白菜、西洋なし
6	土	ひき肉とたっぷり野菜丼、豆腐のみそ汁	きゅうりとコーンのおじや	鶏ひき肉、木綿豆腐、みそ	7～5分粥、片栗粉	人参、たまねぎ、白菜、カットワカメ
8	月	7～5分粥、ささみと冬野菜のやわらか煮、コンソメ野菜スープ、オレンジ	じゃこ磯粥	鶏ささみ	7～5分粥、じゃがいも、片栗粉	たまねぎ、人参、ブロッコリー、キャベツ、ホールコーン缶、オレンジ
9	火	7～5分粥、鮭のみぞれ煮、かぼちゃのみそ汁、りんご煮	人参豆乳おじや	鮭、みそ	7～5分粥、片栗粉	大根、かぼちゃ、えのき、りんご
10	水	しらす粥、ささみと大根のくたくた煮、豆乳みそ汁、スティックきゅうり	ツナともずくのおじや	しらす干し、鶏ささみ、油揚げ、無調整豆乳、みそ	7～5分粥、片栗粉	大根、人参、キャベツ、きゅうり
11	木	7～5分粥、豆腐とじゃが芋のくたくた煮、鮭と野菜のスープ	かぼちゃ粥	木綿豆腐	7～5分粥、じゃがいも、片栗粉、鮭	人参、たまねぎ
12	金	7～5分粥、白身魚とナスのくたくた煮、アーサ汁、バナナ	かぼちゃ粥	白身魚、絹ごし豆腐	7～5分粥、片栗粉	なす、あおさ、バナナ
13	土	あんかけ野菜うどん、スティックきゅうり、みかん	13時降園	油揚げ	7～5分粥、ゆでうどん、片栗粉	人参、ほうれんそう、きゅうり、みかん
15	月	7～5分粥、ささみと人参の豆乳煮、玉ねぎのみそ汁、みかん	ツナと白菜のおじや	鶏ささみ、無調整豆乳、みそ	7～5分粥、片栗粉	人参、たまねぎ、もやし、みかん
16	火	磯粥、白身魚となすのやわらか煮、具だくさん汁、りんご煮	豆腐とトマトのおじや	白身魚	7～5分粥、片栗粉	青のり、なす、（冷）さといも、大根、にんじん、長ネギ、りんご
17	水	7～5分粥、ささみとかぼちゃのくたくた煮、ブロッコリーのスープ、バナナ	ツナと大根のおじや	鶏ささみ	7～5分粥、片栗粉	かぼちゃ、ブロッコリー、えのき、たまねぎ、バナナ
18	木	7～5分粥、ささみと野菜のやわらか煮、わかめスープ	芋粥、バナナヨーグルト	鶏ささみ	7～5分粥、片栗粉	人参、たまねぎ、カットワカメ、長ネギ
19	金	7～5分粥、白身魚と大根のやわらか煮、里芋とパクチョイのみそ汁、オレンジ	人参粥	白身魚、みそ	7～5分粥、片栗粉	大根、（冷）さといも、パクチョイ、オレンジ
20	土	7～5分粥、ささみと玉ねぎのやわらか煮、すりおろしきゅうりのスープ、りんご煮	ツナとトマトのおじや	鶏ささみ	7～5分粥、片栗粉	たまねぎ、きゅうり、りんご
22	月	7～5分粥、ひき肉とかぼちゃのやわらか煮、なめこ豆腐のみそ汁、たんかん	根菜のおじや	鶏ひき肉、木綿豆腐、みそ	7～5分粥、片栗粉	かぼちゃ、なめこ、にら、たんかん
23	火	7～5分粥、白身魚と大根のやわらか煮、ほうれん草のみそ汁、バナナ	人参粥	白身魚、油揚げ、みそ	7～5分粥、片栗粉	大根、ほうれんそう、しめじ、バナナ
24	水	7～5分粥、ささみと野菜のくたくた煮、豆乳スープ、オレンジ	じゃがいも粥、いちご	鶏ささみ、調整豆乳	7～5分粥、片栗粉	人参、たまねぎ、ホールコーン缶、ブロッコリー、オレンジ
25	木	7～5分粥、豆腐のひき肉野菜あんかけ、大根と里芋のみそ汁、りんご煮	大豆とひじきのおじや	沖縄豆腐、鶏ひき肉、みそ	7～5分粥、片栗粉	人参、大根、（冷）さといも、りんご
26	金	7～5分粥、ささみと野菜のくたくた煮、わかめと玉ねぎのみそ汁、りんご煮	ツナと大根のおじや、バナナ	鶏むね、みそ	7～5分粥、片栗粉	キャベツ、赤パプリカ、カットワカメ、たまねぎ、りんご
27	土	肉野菜うどん、りんご煮	13時降園	鶏ひき肉	ゆでうどん、片栗粉	人参、たまねぎ、ほうれんそう、りんご
29	月	年末休み				
30	火	年末休み				
31	水	年末休み				

*献立は都合により変更することがあります。

*基本的には中期→だし汁、後期→だし汁と醤油で味付けをしています。

