

おきなわ地球こども園(一般)

2025年12月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
昼食	麦ごはん みそ汁(厚揚げ, マツタ) 豚肉のしょうが焼 コールスローサラダ りんご	麦ごはん すまし汁(白菜, えのき) 松風焼き 野菜炒め バナナ	麦ごはん みそ汁(かつお, 油揚げ) ハニースパイシーチキン クーフィリチー オレンジ	さつま芋ごはん みそ汁(麩, ワカメ) サバのカレー焼 人参しりしり りんご	タコライス みそ汁(大根, かつお) 粉ふき芋 バナナ	麦ごはん チキンカレー
午後	酪農牛乳 大学芋	酪農牛乳 ちんすこう	酪農牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	酪農牛乳 黒糖くずもち	酪農牛乳 シナモントースト	酪農牛乳 かりんとう
	8	9	10	11	12	13
昼食	麦ごはん みそ汁(かつお, マツタ) 厚揚げのそぼろ煮 かぼちゃの含煮 りんご	スパゲティーミートソース みそ汁(白菜, 豚肉) キャベツサラダ ベビーチーズ	お弁当	麦ごはん みそ汁(水菜, 油揚げ) 魚てんぷら きんぴら風煮(れんこん) オレンジ	ロールパン クリームシチュー 切り干し大根サラダ バナナ	焼きそば
午後	酪農牛乳 もちもちドーナツ	酪農牛乳 パン(きな粉クリーム)	酪農牛乳 ヨーグルトケーキ	酪農牛乳 マシュマロフレーク	ほうじ茶 納豆みそおにぎり	酪農牛乳 せんべい
	15	16	17	18	19	20
昼食	麦ごはん ゆし豆腐 肉じゃが きゅうりとわかめの和え物 りんご	麦ごはん みそ汁(キャベツ, さつま芋) 鶏肉のネギ南蛮 大根の甘酢和え バナナ	麦ごはん みそ汁(かつお, 絹ごし) 鮭の塩麹焼き 冬瓜の煮物 オレンジ	麦ごはん すまし汁(冬瓜, ねぎ) ごぼうと牛肉の味噌煮 さつまいものゴマ和え りんご	沖縄そば(野菜) 煮豆 バナナ	麦ごはん チキンカレー
午後	酪農牛乳 あげパン(ココア)	酪農牛乳 チーズ蒸しパン	酪農牛乳 黒棒	酪農牛乳 人参クッキー	酪農牛乳 ピザトースト	酪農牛乳 かりんとう
	22	23	24	25	26	27
昼食	麦ごはん 挽きわり納豆 イナムルチ タマナーチャンプルー バナナ	あわご飯 すまし汁(絹ごし, マツタ) 鮭のマヨネーズ焼 ひじき炒め りんご	ゆかりご飯 野菜スープ ハンバーグ ポテトサラダ オレンジ	お弁当	麦ごはん チキンカレー フルーツサラダ	焼きそば
午後	酪農牛乳 サーターアンドギー	酪農牛乳 レーズンクッキー	酪農牛乳 ジャムパン	野菜ジュースA&C クリスマスケーキ	酪農牛乳 スコーン(ほうれん草)	豆乳 はちやぐみ

* ふたば組、つぼみ組→りんごはバナナへ変更 / かりんとうははちやぐみへ変更となります

今年も残りわずかとなりました。
12月はクリスマスや年末年始など食卓や台所でのお手伝いが増え、
食への関心を高めるよい機会となります。
行事続きであわただしい時季ですが、生活リズムを整えて、
ゆったり楽しく過ごしましょう。



冬至



クリスマス



年越しそば



おせち料理