

2025 12月分 給食献立表

3～5歳児

	月曜日 1	火曜日 2	水曜日 3	木曜日 4	金曜日 5	土曜日 6
昼食	ポークカレー キャベツとツナのサラダ 果物(キウイ)	ごはん 味噌汁(玉葱・人参) ほっけのフライ 白菜コーンと和え 果物(バナナ)	醤油ラーメン ほうれん草しらす和え 果物(パイナップル)	ごはん 味噌汁(豆腐・小松菜) 鶏肉のさっぱり煮 ツナマカロニサラダ 果物(オレンジ)	ごはん さつまいも汁 さば味噌焼き 人参の鶏そぼろ煮 果物(バナナ)	スープ(チンゲン菜・コーン) ミートソーススパゲティ 果物(オレンジ)
15時間食	牛乳 きなこマフィン	牛乳 レーズンパン	牛乳 ジャムスコーン	ヨーグルト せんべいとウエハース	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい
	8	9	10	11	12	13
昼食	ハヤシライス 大根わかめ和え 果物(バナナ)	ごはん 味噌汁(ほうれん草・長葱) 大豆かき揚げ ブロッコリーおかか和え 果物(パイナップル)	パン 米粉のコーンポタージュ 豚肉の香味焼き ほうれん草ごまツナ和え 果物(りんご)	ごはん 味噌汁(南瓜・えのき) たらこの磯辺揚げ 切干大根の炒め煮 果物(キウイ)	ごはん 味噌汁(大根・麩) 豚肉の生姜焼き 小松菜納豆和え 果物(オレンジ)	味噌うどん もやしと胡瓜の中華和え 果物(バナナ)
15時間食	牛乳 南瓜パン	牛乳 ビスケット	麦茶 焼きおにぎり 鉄強化チーズ	牛乳 ビスケット・せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット
	15	16	17	18	19	20
昼食	醤油ラーメン ほうれん草しらす和え 果物(パイナップル)	ごはん 味噌汁(玉葱・人参) ほっけのフライ 白菜コーンと和え 果物(バナナ)	Christmas Party クリスマスカレー 鶏のから揚げ フルーツゼリー	ごはん 味噌汁(豆腐・小松菜) 鶏肉のさっぱり煮 ツナマカロニサラダ 果物(オレンジ)	ごはん さつまいも汁 さば味噌焼き 人参の鶏そぼろ煮 果物(バナナ)	スープ(チンゲン菜・コーン) ミートソーススパゲティ 果物(オレンジ)
15時間食	牛乳 ジャムスコーン	牛乳 レーズンパン	麦茶 きなこマカロニ	ヨーグルト せんべいとウエハース	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい
	22	23	24	25	26	27
昼食	ハヤシライス 大根わかめ和え 果物(バナナ)	ごはん 味噌汁(ほうれん草・長葱) 大豆かき揚げ ブロッコリーおかか和え 果物(パイナップル)	パン 米粉のコーンポタージュ 豚肉の香味焼き ほうれん草ごまツナ和え 果物(りんご)	ごはん 味噌汁(南瓜・えのき) たらこの磯辺揚げ 切干大根の炒め煮 果物(キウイ)	ごはん 味噌汁(大根・麩) 豚肉の生姜焼き 小松菜納豆和え 果物(オレンジ)	味噌うどん もやしと胡瓜の中華和え 果物(バナナ)
15時間食	牛乳 南瓜小倉煮	牛乳 ビスケット	麦茶 焼きおにぎり 鉄強化チーズ	牛乳 ビスケット・せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット

・1～2歳児はこの献立とは別に10時に間食がつきます。(牛乳・果物)

・1～2歳児は基本的に3～5歳児の献立の内容と変わりませんが、内容量が8割の量になり、お子さんに合わせて食べやすい形で提供します。りんごの日はオレンジになります。

・アレルギー対応食は、献立によっては違うメニューになる場合があります。

◀幼稚園給食の日常▶

早いもので冬休みに入りますね。北海道の冬は寒く、雪も積り、夕方早くに暗くなり、朝も遅くまで暗い。という時期が長く続きお日様が恋しいです...一年で一番お日様の出ている時間が短い日を『冬至』言い、今年は12月22日になります。冬至の日には南瓜を食べる風習があるのですが、長期保存がきき栄養価が高いことから「食べると風邪をひかない」という願かけをし食されているだけではありません。『冬至の七草(冬の七種(七草))』などとも呼ばれ、冬至の日に「ん」(＝運)のつくものを食べ、「運」を呼び込む言われているそうです。

・なんきん(南瓜)＝かぼちゃ

・れんこん(蓮根)

・にんじん(人参)

・う(ん)どん(饅頭)→これはこじつけが過ぎますよね...

・きんかん(金柑)

・ぎんなん(銀杏)

・かてん(寒天)

「ん」が二つ付く食べ物が運を運ぶそうです

今年も一年ありがとうございました。楽しい冬休み、クリスマス、年末年始をお過ごしください。

認定こども園桑園幼稚園

