

12月献立予定表（5歳児～完了期およそ1才～1才半）

令和6年度

日	献立	赤 身体をつくる	黄 力や体温となる	緑 調子を整える	おやつ
2日 (月)	ごはん 鶏肉とごぼうの揚げからめ スバゲティサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 ブロッコリー チーズ じゃこ	鶏肉 ハム 豆腐・油揚げ 味噌 チーズ じゃこ	米+ピタパアレー 胚芽米 スバゲティ マヨネーズ 市販品	ごぼう きゅうり 人参 コーン わかめ ブロッコリー	市販品
3日 (火)	チャンボン麺 おにぎり（おかか） みかん チーズ	豚肉・かまぼこ かつおぶし チーズ・じゃこ 豆腐（豆腐ドーナツ）	中華麺 米+押し麦 胚芽米 ホットケーキミックス （豆腐ドーナツ）	人参・玉ねぎ 白菜・しいたけ たけのこ・青ねぎ みかん	★豆腐 ドーナツ
4日 (水)	ごはん ささみのフライ 大根のそぼろ煮 なめこの味噌汁 ブロッコリー チーズ	ささみ・卵 鶏ミンチ 油揚げ 味噌 チーズ・じゃこ 豆乳（スイートポテト）	米+米粒麦 胚芽米 パン粉 ケチャップ マヨネーズ 米粉・さつまいも （スイートポテト）	大根 人参 なめこ 東京ねぎ ブロッコリー	スイート ポテト
5日 (木)	ごはん サケの塩焼き 厚揚げの中華風炒め 玉ねぎの味噌汁 ブロッコリー チーズ	サケ 豚肉 厚揚げ 油揚げ・味噌 チーズ じゃこ	米+ピタパアレー 胚芽米 マヨネーズ じゃがいも （フライドポテト）	玉ねぎ・人参 チンゲン菜 しいたけ たけのこ 青ねぎ ブロッコリー	フライド ポテト
6日 (金)	ごはん ちくわとウインナーの カレー風味揚げ 大根サラダ 小松菜の中華スープ ブロッコリー チーズ	ちくわ ウインナー シーチキン 豆腐 チーズ じゃこ	米+押し麦 胚芽米 天ぷら粉 ごま マヨネーズ さつまいも （大学いも）	大根 人参 きゅうり 小松菜 えのき ブロッコリー	大学いも
7日 (土)	高菜チャーハン えのきの中華スープ バナナ チーズ	豚肉 卵 チーズ じゃこ	米+米粒麦 胚芽米	高菜・玉ねぎ・人参 えのき バナナ 寒天ゼリー	寒天ゼリー
9日 (月)	ハヤシライス りんご 麦芽豆乳 チーズ	牛肉 麦芽豆乳 チーズ・じゃこ 牛乳・卵（バナナケーキ）	米+ピタパアレー 胚芽米 ホットケーキミックス （バナナケーキ）	人参・玉ねぎ グリーンピース りんご バナナ（バナナケーキ）	★バナナ ケーキ
10日 (火)	さつまいもごはん 白身フライ けんちん汁 ブロッコリー チーズ	白身魚 鶏肉・厚揚げ チーズ じゃこ 牛乳（ココア）	米+押し麦 胚芽米 さつまいも・ごま パン粉・ケチャップ つきこんにゃく・さといも マヨネーズ・市販品	大根 人参 青ねぎ ブロッコリー	市販品 ココア
11日 (水)	いなり寿司 寄せ鍋 みかん チーズ	油揚げ 寄せ鍋 豆腐 チーズ・じゃこ	米 ごま 糸こんにゃく ミルクパン	人参・ひじき 白菜・大根 えのき・しいたけ 青ねぎ・みかん	ミルクパン
12日 (木)	味噌ラーメン おにぎり（青菜） バナナ チーズ	焼き豚 味噌 チーズ・じゃこ 卵・牛乳（パウンドケーキ）	中華麺 米+米粒麦 胚芽米 ホットケーキミックス （パウンドケーキ）	人参・にら もやし・コーン 青菜 バナナ	パウンド ケーキ
13日 (金)	ごはん ささみの磯辺揚げ 筑前煮 小松菜の味噌汁 ブロッコリー チーズ	ささみ 鶏肉・ちくわ 豆腐・油揚げ 味噌 チーズ・じゃこ 豆乳（いちごのスティックケーキ）	米+ピタパアレー 胚芽米 天ぷら粉 つきこんにゃく マヨネーズ 米粉 （いちごのスティックケーキ）	青のり 人参・ごぼう しいたけ・れんこん たけのこ 小松菜 いちご（いちごのスティックケーキ）	いちごの スティック ケーキ
14日 (土)	焼きうどん おにぎり（ゆかり） 大根の味噌汁 チーズ	豚肉 かつおぶし 油揚げ・味噌 チーズ じゃこ	うどん 天かす 米+押し麦 胚芽米	キャベツ・人参 玉ねぎ ゆかり 大根・わかめ バナナ	バナナ

日	献立	赤 身体をつくる	黄 力や体温となる	緑 調子を整える	おやつ
16日 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き さつまいもサラダ 豆腐のかきたまスープ ブロッコリー チーズ	鶏肉 豆腐 卵 チーズ じゃこ 牛乳（ココア）	米+米粒麦 胚芽米 さつまいも マヨネーズ 市販品	きゅうり 人参 わかめ ブロッコリー	市販品 ココア
17日 (火)	ピラフ クリームシチュー 寒天ゼリー チーズ	ベーコン 鶏肉 チーズ・じゃこ 牛乳・卵・ウインナー （ウインナーパン）	米+ピタパアレー 胚芽米 じゃがいも ホットケーキミックス （ウインナーパン）	玉ねぎ・人参 ピーマン コーン ブロッコリー 寒天ゼリー	★ウインナー パン
18日 (水)	ごはん 揚げギョーザ かに玉 野菜スープ ブロッコリー チーズ	ギョーザ 卵 かにかま チーズ じゃこ 牛乳（プリン）	米+押し麦 胚芽米 マヨネーズ	東京ねぎ・玉ねぎ 人参・しいたけ もやし にら ブロッコリー 寒天（プリン）	プリン
19日 (木)	ごはん カレーの煮付け マカロニサラダ 豚肉と白菜の味噌汁 ブロッコリー チーズ	カレー ハム 豚肉 味噌 チーズ じゃこ	米+米粒麦 胚芽米 マカロニ マヨネーズ じゃがいも （フライドポテト）	きゅうり 人参 コーン 白菜 ブロッコリー	フライド ポテト
20日 (金)	カレーライス みかん 麦芽豆乳 チーズ	牛肉・豚肉 麦芽豆乳 チーズ・じゃこ きなこ（きなこマカロニ）	米+ピタパアレー 胚芽米 じゃがいも マカロニ（きなこマカロニ）	人参 玉ねぎ みかん	★きなこ マカロニ
21日 (土)	きのこの和風スバゲティ わかめと卵のスープ りんご チーズ	ベーコン 卵 チーズ	スバゲティ	玉ねぎ・しめじ・えのき エリンギ・まいたけ わかめ・人参 りんご・寒天ゼリー	寒天ゼリー
23日 (月)	ごはん ミンチボール 切り干し大根の煮物 小松菜と卵の味噌汁 ブロッコリー チーズ	合いびきミンチ・豆腐 卵・牛乳 油揚げ 味噌 チーズ・じゃこ 豆乳（バナナスティックケーキ）	米+押し麦 胚芽米 パン粉 ケチャップ マヨネーズ 米粉（バナナスティックケーキ）	玉ねぎ 人参 切り干し大根 小松菜 ブロッコリー バナナ（バナナスティックケーキ）	バナナ スティック ケーキ
24日 (火)	肉うどん おにぎり（わかめ） バナナ チーズ	牛肉 かまぼこ チーズ じゃこ	うどん 米+米粒麦 胚芽米 食パン・いちごジャム （ジャムサンド）	人参 玉ねぎ 青ねぎ わかめ バナナ	★ジャム サンド
25日 (水)	チキンライス 鶏のから揚げ ツリーポテトサラダ 白菜と卵のスープ みかん チーズ	鶏肉 ハム 卵 チーズ じゃこ	米+ピタパアレー 胚芽米 ケチャップ じゃがいも マヨネーズ 食パン（スティックあげぱん）	人参・玉ねぎ グリーンピース きゅうり ブロッコリー 白菜・しめじ	スティック あげぱん
26日 (木)	ごはん 麻婆豆腐 中華風春雨サラダ きのここと卵のスープ ブロッコリー チーズ	豚ミンチ・豆腐 味噌 ハム 卵 チーズ・じゃこ 牛乳（ココア）	米+押し麦 胚芽米 春雨 ごま マヨネーズ 市販品	たけのこ・東京ねぎ 青ねぎ きゅうり・人参 しめじ・エリンギ えのき ブロッコリー	市販品 ココア
27日 (金)	焼き鳥丼 玉ねぎと油揚げの味噌汁 寒天ゼリー	鶏肉・卵 油揚げ・味噌 チーズ じゃこ	米+米粒麦 胚芽米 ごま ワッフル	東京ねぎ・のり 玉ねぎ わかめ 寒天ゼリー	★ワッフル
28日 (土)	カレーピラフ 鶏団子のスープ みかん チーズ	ベーコン 鶏ミンチ チーズ じゃこ	米+ピタパアレー 胚芽米	玉ねぎ・人参 ピーマン・コーン 白菜・青ねぎ みかん・バナナ	バナナ



★印のおやつは、幼稚園舎でも出ているおやつです。それ以外の幼稚園のおやつは市販品です。

12月献立予定表(前期およそ5ヵ月~6ヵ月)

令和6年度

日	献立	赤 身体をつくる	黄 力や体温となる	緑 調子を整える	おやつ
2日 (月)	かぼちゃがゆ 豆腐とブロッコリーの 煮つぶし	豆腐 粉ミルク	米	かぼちゃ ブロッコリー	粉ミルク
3日 (火)	しらすがゆ 白菜と人参の煮びたし	しらす 粉ミルク	米	白菜 人参	粉ミルク
4日 (水)	人参がゆ 麩と大根のトロ煮	麩 粉ミルク	米	人参 大根	粉ミルク
5日 (木)	白身魚のおかゆ さつまいもと人参のマッシュ	白身魚 粉ミルク	米 さつまいも	人参	粉ミルク
6日 (金)	小松菜がゆ 高野豆腐と人参の 煮つぶし	高野豆腐 粉ミルク	米	小松菜 人参	粉ミルク
7日 (土)	しらすがゆ ほうれん草と人参のトロ煮	しらす 粉ミルク	米	ほうれん草 人参	粉ミルク
9日 (月)	ほうれん草がゆ 麩と人参のトロ煮	麩 粉ミルク	米	ほうれん草 人参	粉ミルク
10日 (火)	さつまいもがゆ 白身魚と人参のトロ煮	白身魚 粉ミルク	米 さつまいも	人参	粉ミルク
11日 (水)	白菜がゆ 豆腐と大根の煮つぶし	豆腐 粉ミルク	米	白菜 大根	粉ミルク
12日 (木)	かぼちゃがゆ 高野豆腐と人参の煮びたし	高野豆腐 粉ミルク	米	かぼちゃ 人参	粉ミルク
13日 (金)	白身魚のおかゆ 小松菜とじゃがいも のマッシュ	白身魚 粉ミルク	米 じゃがいも	小松菜	粉ミルク
14日 (土)	人参がゆ 麩とほうれん草のトロ煮	麩 粉ミルク	米	人参 ほうれん草	粉ミルク
16日 (月)	さつまいもがゆ 豆腐とブロッコリーの 煮つぶし	豆腐 粉ミルク	米 さつまいも	ブロッコリー	粉ミルク

日	献立	赤 身体をつくる	黄 力や体温となる	緑 調子を整える	おやつ
17日 (火)	しらすがゆ じゃがいもと人参のマッシュ	しらす 粉ミルク	米 じゃがいも	人参	粉ミルク
18日 (水)	白身魚のおかゆ ブロッコリーと人参の 煮びたし	白身魚 粉ミルク	米	ブロッコリー 人参	粉ミルク
19日 (木)	白菜がゆ 白身魚とかぼちゃのマッシュ	白身魚 粉ミルク	米	白菜 かぼちゃ	粉ミルク
20日 (金)	ほうれん草がゆ 白身魚と人参のトロ煮	白身魚 粉ミルク	米	ほうれん草 人参	粉ミルク
21日 (土)	かぼちゃがゆ 高野豆腐とほうれん草 のトロ煮	高野豆腐 粉ミルク	米	かぼちゃ ほうれん草	粉ミルク
23日 (月)	ブロッコリーがゆ 豆腐と小松菜の煮びたし	豆腐 粉ミルク	米	ブロッコリー 小松菜	粉ミルク
24日 (火)	さつまいもがゆ 白身魚とほうれん草 の煮つぶし	白身魚 粉ミルク	米 さつまいも	ほうれん草	粉ミルク
25日 (水)	白菜がゆ 麩と人参のトロ煮	麩 粉ミルク	米	白菜 人参	粉ミルク
26日 (木)	しらすがゆ さつまいもとブロッコリー のマッシュ	しらす 粉ミルク	米 さつまいも	ブロッコリー	粉ミルク
27日 (金)	白身魚のおかゆ かぼちゃと人参のトロ煮	白身魚 粉ミルク	米	かぼちゃ 人参	粉ミルク
28日 (土)	ほうれん草がゆ 高野豆腐と人参の煮つぶし	高野豆腐 粉ミルク	米	ほうれん草 人参	粉ミルク

〈お知らせ〉

♪新しい食材や離乳食の段階が上がった時は、必ずご家庭で複数回食して安全を確認の上、担任までご連絡下さい。



12月献立予定表（中期・後期およそ9カ月～12カ月）

令和6年度

日	献立	赤 身体をつくる	黄 力や体温となる	緑 調子を整える	おやつ
2日 (月)	軟飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 味噌汁 ゆでブロッコリー	鶏肉 豆腐 味噌	米 市販品	かぼちゃ きゅうり 人参 わかめ ブロッコリー	市販品
3日 (火)	チャンポンうどん 軟飯 みかん	豚肉	うどん 米 さつまいも (さつまいものおやき)	白菜 人参 玉ねぎ みかん	さつまいも のおやき
4日 (水)	軟飯 ささみのケチャップ煮 大根のそぼろ煮 味噌汁 ゆでブロッコリー	ささみ 鶏ミンチ 麩 味噌	米 ケチャップ さつまいも (りんごきんとん)	大根 人参 わかめ ブロッコリー りんご(りんごきんとん)	りんご きんとん
5日 (木)	軟飯 サケのコーンあんかけ 野菜炒め 味噌汁 ゆでブロッコリー	サケ 豚肉 味噌	米	コーン 玉ねぎ・人参 チンゲン菜 ブロッコリー かぼちゃ(スイートかぼちゃ)	スイート かぼちゃ
6日 (金)	軟飯 じゃがいものおやき 大根サラダ 小松菜のスープ ゆでブロッコリー	シーチキン 豆腐 調整豆乳 (パンケーキ)	米 じゃがいも ホットケーキミックス (パンケーキ)	コーン 大根・人参 きゅうり 小松菜 ブロッコリー	パンケーキ
7日 (土)	豚丼 玉ねぎのスープ バナナ	豚肉	米 赤ちゃんせんべい	人参 玉ねぎ バナナ	赤ちゃん せんべい
9日 (月)	軟飯 豚肉のケチャップ煮 ほうれん草のおかか和え じゃがいものスープ	豚肉 かつおぶし	米 ケチャップ じゃがいも	人参・玉ねぎ グリーンピース ほうれん草 バナナ	バナナ
10日 (火)	さつまいもごはん 白身魚のソテー けんちん汁 ゆでブロッコリー	白身魚 鶏肉	米 さつまいも さといも 市販品	大根 人参 ブロッコリー	市販品
11日 (水)	ひじきの混ぜごはん 寄せ鍋 みかん	鶏肉 豆腐	米 ごま ミルクパン	ひじき・人参 白菜 大根 みかん	ミルクパン
12日 (木)	味噌煮込みうどん 軟飯 バナナ	シーチキン 味噌	うどん 米 さつまいも (さつまいものおやき)	もやし・人参 ほうれん草 コーン バナナ	さつまいも のおやき
13日 (金)	軟飯 ささみの磯辺和え 鶏肉とじゃがいもの煮物 味噌汁 ゆでブロッコリー	ささみ 鶏肉 豆腐 味噌	米 じゃがいも さつまいも (りんごきんとん)	青のり 人参 小松菜 ブロッコリー りんご(りんごきんとん)	りんご きんとん
14日 (土)	焼きうどん 軟飯 味噌汁	豚肉 かつおぶし 味噌	うどん 米 赤ちゃんせんべい	キャベツ・人参 玉ねぎ 大根 わかめ	赤ちゃん せんべい

日	献立	赤 身体をつくる	黄 力や体温となる	緑 調子を整える	おやつ
16日 (月)	軟飯 鶏肉のクリーム煮 さつまいもサラダ 豆腐のスープ	鶏肉 調整豆乳 豆腐	米 さつまいも 市販品	ブロッコリー きゅうり わかめ	市販品
17日 (火)	ツナピラフ ポトフ 煮りんご チーズ	シーチキン 鶏肉 チーズ	米 じゃがいも	玉ねぎ・人参 ブロッコリー りんご かぼちゃ(スイートかぼちゃ)	スイート かぼちゃ
18日 (水)	軟飯 鶏とかぼちゃの グラタン 野菜のスープ 煮りんご	鶏肉 調整豆乳 粉チーズ	米 ホットケーキミックス (パンケーキ)	かぼちゃ・ブロッコリー 人参 玉ねぎ もやし りんご	パンケーキ
19日 (木)	軟飯 白身魚の煮付け マカロニサラダ 味噌汁 ゆでブロッコリー	白身魚 豚肉 味噌 調整豆乳 (蒸しパン)	米 マカロニ 蒸しパンミックス (蒸しパン)	きゅうり 人参 コーン 白菜 ブロッコリー	蒸しパン
20日 (金)	軟飯 肉じゃが ほうれん草のごま和え みかん チーズ	牛肉 チーズ きなこ (きなこマカロニ)	米 じゃがいも ごま マカロニ (きなこマカロニ)	人参 玉ねぎ ほうれん草 みかん	きなこ マカロニ
21日 (土)	わかめうどん 軟飯 煮りんご	シーチキン	うどん 米 赤ちゃんせんべい	わかめ 人参 ほうれん草 りんご	赤ちゃん せんべい
23日 (月)	軟飯 豆腐ハンバーグ 切り干し大根の煮物 味噌汁 ゆでブロッコリー	合いびきミンチ 豆腐 味噌	米 さつまいも (さつまいものおやき)	人参 玉ねぎ 切り干し大根 小松菜 ブロッコリー	さつまいも のおやき
24日 (火)	牛丼 味噌汁 バナナ	牛肉 味噌 きなこ (きなこパン)	米 さつまいも 食パン (きなこパン)	玉ねぎ 人参 ほうれん草 バナナ	きなこパン
25日 (水)	チキンライス 鶏肉のソテー ポテトサラダ 白菜のスープ みかん	鶏肉 調整豆乳	米 ケチャップ じゃがいも さつまいも (りんごきんとん)	玉ねぎ・人参 グリーンピース きゅうり 白菜・みかん りんご(りんごきんとん)	りんご きんとん
26日 (木)	軟飯 和風マーボー豆腐 さつまいもの甘煮 わかめのスープ ゆでブロッコリー	豚ミンチ 豆腐	米 さつまいも ごま 市販品	ほうれん草 わかめ 人参 ブロッコリー	市販品
27日 (金)	鶏のあんかけ丼 味噌汁 煮りんご チーズ	鶏肉 味噌 チーズ	米	人参・ほうれん草 玉ねぎ・わかめ りんご かぼちゃ(スイートかぼちゃ)	スイート かぼちゃ
28日 (土)	チャーハン 野菜のスープ みかん	鶏ミンチ	米 じゃがいも 赤ちゃんせんべい	人参・玉ねぎ・コーン 白菜 みかん	赤ちゃん せんべい



〈お知らせ〉

♪新しい食材や離乳食の段階が上がった時は、必ずご家庭で複数回食して安全を確認の上、担任までご連絡下さい。