

# 2025ねん 12がつ よていこんだてひょう

わらべみどり保育園

日	曜日	ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)・かみかみ期(後期)			
			午前食		午後食	
			献立名	献立名	食材	献立名
1 15	月	おかゆ 大根と人参の煮物 玉ねぎとさつま芋のスープ	おかゆ 大根のそぼろ煮 人参とさつま芋のスープ	米 鶏挽肉 大根 人参 さつま芋 かつおだし 醤油 三温糖 塩	おかゆ さつま芋とツナのあんかけ わかめの味噌汁	米 ツナ さつま芋 わかめ 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖 味噌
2 16	火	おかゆ かれいと人参の煮物 小松菜ときゅうりのスープ	おかゆ かれいと人参の煮物 小松菜ともやしのスープ	米 かれい 人参 小松菜 もやし かつおだし 醤油 三温糖 塩	おかゆ 鶏ときゅうりの煮物 白菜のスープ	米 鶏ささみ きゅうり 白菜 人参 かつおだし 醤油 三温糖 塩
3 17	水	おかゆ しらすときゅうりの煮物 人参と小松菜のスープ	野菜粥 しらすときゅうりの煮物	米 人参 小松菜 しらす きゅうり かつおだし 醤油 三温糖	おかゆ 大根のそぼろあんかけ キャベツのスープ	米 鶏挽肉 大根 キャベツ 人参 かつおだし 醤油 三温糖 塩
4 18	木	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 きゅうりと人参のスープ	鮭雑炊 きゅうりと人参の煮物	米 さけ きゅうり 人参 かつおだし 醤油 三温糖	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 わかめの味噌汁	米 豆腐 キャベツ わかめ 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖 味噌
5 19	金	おかゆ かれいときゅうりの煮物 さつま芋と玉ねぎのスープ	おかゆ かれいときゅうりの煮物 さつま芋のスープ	米 かれい きゅうり さつま芋 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖 塩	パン じゃが芋のそぼろ煮 もやしのスープ	パン 鶏挽肉 じゃが芋 キャベツ もやし かつおだし 醤油 三温糖 塩
6 20	土	おかゆ キャベツと人参の煮物 小松菜と玉ねぎのスープ	キャベツのリゾット ツナと大根の煮物	米 キャベツ 人参 かつおだし ツナ 大根 かつおだし 醤油 三温糖	おかゆ しらすとキャベツの煮物 小松菜の味噌汁	米 しらす キャベツ 小松菜 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖 味噌
8 22	月	おかゆ かぼちゃとキャベツの煮物 小松菜と人参のスープ	おかゆ 鮭とキャベツの煮物 小松菜と人参のスープ	米 さけ キャベツ 小松菜 人参 かつおだし 醤油 三温糖 塩	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草と玉ねぎのスープ	米 かぼちゃ 鶏挽肉 ほうれん草 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖 塩
9 23	火	おかゆ しらすと白菜の煮物 玉ねぎと人参のスープ	おかゆ しらすと白菜の煮物 玉ねぎと人参のスープ	米 しらす 白菜 チンゲン菜 人参 かつおだし 醤油 三温糖 塩	おかゆ 鶏と人参の煮物 きゅうりのスープ	米 鶏ささみ 人参 きゅうり もやし かつおだし 醤油 三温糖 塩
10 24	水	おかゆ 豆腐と人参の煮物 ほうれん草と玉ねぎのスープ	おかゆ 豆腐と人参の煮物 ほうれん草と玉ねぎのスープ	米 豆腐 人参 ほうれん草 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖 塩	おかゆ かれいとほうれん草の煮物 人参ともやしの味噌汁	米 かれい ほうれん草 人参 もやし かつおだし 醤油 三温糖 味噌
11 25	木	おかゆ しらすとキャベツの煮物 じゃが芋と玉ねぎのスープ	おかゆ しらすとキャベツの煮物 じゃが芋と玉ねぎのスープ	米 しらす キャベツ じゃが芋 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖 塩	おかゆ 鶏とかぼちゃの煮物 小松菜のスープ	米 鶏ささみ かぼちゃ 小松菜 人参 かつおだし 醤油 三温糖 塩
12 26	金	おかゆ キャベツとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのスープ	クリームコーンリゾット 鮭とキャベツの煮物	米 クリームコーン 玉ねぎ 鮭 キャベツ かつおだし 醤油 三温糖	パン ツナ じゃが芋 ブロッコリー 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖	パン ツナ じゃが芋 ブロッコリー 玉ねぎ かつおだし 醤油 三温糖 塩
13 27	土	おかゆ 豆腐ときゅうりの煮物 玉ねぎのスープ	おかゆ 豆腐ときゅうりの煮物 玉ねぎのすまし汁	米 豆腐 きゅうり 玉ねぎ 人参 かつおだし 醤油 三温糖 塩	鶏と野菜のうどん わかめと玉ねぎのスープ	うどん 鶏ささみ チンゲン菜 人参 わかめ 玉ねぎ かつおだし 醤油 塩

◎食材の入荷状況により、変更になる場合がありますのでご了承ください。

◎ごっくん期は献立名に記載されている食材と野菜だし、片栗粉を使用しております。

◎もぐもぐ期は記載されている食材と片栗粉を使用しております。

また、パンの時はパン粥になります。

◎かみかみ期はおかゆと記載されている時は軟飯の提供となります。

園長

主任

栄養士