



# おいしいかな

令和7年12月1日  
12月給食だより  
さくらぎ保育園  
TEL 24-6186

| 今月の完全給食             |  | 保護者の方へ   | 主食にパンを持ってきても良い日<br>5、6、13、16、20、27、29日 |  |
|---------------------|--|--|--|--|
| 12月 12日(金)<br>お誕生日会 |  | 12月 25日(木)<br>クリスマス会   |  |  |
|                     |  | •完全給食はお弁当はいりませんが、<br>お箸を忘れずに持たせてください(3歳以上児)<br>•献立を確認し、スプーンが必要な場合は<br>用意をお願いします(3歳以上児) |  |  |

| 日  | 曜 | おやつ                  | お食事(全園児)                           | 3歳未満児専用献立 | 備考           |
|----|---|----------------------|------------------------------------|-----------|--------------|
|    |   | 網かけは手作りおやつ<br>10時 3時 |                                    |           |              |
| 1  | 月 | 牛乳 *お菓子              | みそおでん風 チキンサラダ すまし汁(はんぺん、みつば) キウイ   | わかめごはん    |              |
| 2  | 火 | 牛乳 *バナナパンケーキ         | 厚揚げの中華あんかけ 野菜ナムル みそ汁(わかめ、長葱) オレンジ  | ごはん       |              |
| 3  | 水 | 牛乳 *お菓子              | 魚のクリームソース ひじきの煮つけ みそ汁(大根、なめこ) りんご  | ごはん       |              |
| 4  | 木 | 牛乳 さつまいももち           | 豚肉の生姜焼き 人参しりしり みそ汁(小松菜、しめじ) パイン    | ごはん       |              |
| 5  | 金 | お菓子 牛乳               | 卵うどん 塩昆布あえ みかん                     | 食パン       | おもちつき        |
| 6  | 土 | 牛乳(全クラス) お菓子         | 炒めビーフン しゅうまい スープ(卵、きやべつ) バナナ       | 食パン       |              |
| 8  | 月 | 牛乳 *お菓子              | スペイン風オムレツ なめたけあえ みそ汁(豆腐、油揚げ) りんご   | ごはん       |              |
| 9  | 火 | 牛乳 *コーン蒸しパン          | さばのみそ煮 けんちん汁 キウイ                   | おにぎり      | 3歳以上児もおにぎりOK |
| 10 | 水 | 牛乳(全クラス) *お菓子        | 豆腐ハンバーグ かぼちゃサラダ みそ汁(玉葱、えのき) オレンジ   | ごはん       |              |
| 11 | 木 | 牛乳(全クラス) ヨーグルト       | 筑前煮 ポパイサラダ みそ汁(麸、わかめ) パイン          | ごはん       |              |
| 12 | 金 | お菓子 牛乳               | えびピラフ から揚げ スープ フルーツ盛り合わせ           |           | 完全給食         |
| 13 | 土 | 牛乳(全クラス) お菓子         | クリームシチュー ツナあえ りんご                  | 食パン       |              |
| 15 | 月 | 牛乳 みたらし団子            | 大豆の五目煮 さつまいも天 みそ汁(なす、小松菜) キウイ      | ふりかけごはん   |              |
| 16 | 火 | 牛乳 *お菓子              | 塩ラーメン ごまあえ バナナ                     | 食パン       |              |
| 17 | 水 | 牛乳 *きなこクリームパン        | 千草蒸し 納豆あえ みそ汁(きやべつ、油揚げ) みかん        | ごはん       |              |
| 18 | 木 | 牛乳 *お菓子              | 鶏肉のトマトソース ポテトサラダ みそ汁(なめこ、長葱) パイン   | ごはん       |              |
| 19 | 金 | 牛乳(全クラス) *お菓子        | 魚のフライ 切干煮つけ みそ汁(白菜、人参) オレンジ        | ごはん       |              |
| 20 | 土 | 牛乳(全クラス) お菓子         | 洋風炒り卵 チーズサラダ スープ(玉葱、しめじ) キウイ       | 食パン       |              |
| 22 | 月 | 牛乳 かぼちゃドーナツ          | 豆腐の五目みそ煮 ハムサラダ すまし汁(麸、ほうれん草) りんご   | ごはん       |              |
| 23 | 火 | 牛乳 *お菓子              | 魚の甘酢あん 大根きんぴら みそ汁(豆腐、わかめ) バナナ      | ごはん       |              |
| 24 | 水 | 牛乳 *お菓子              | チキンカレー あえもの 麦茶 キウイ                 | ごはん       |              |
| 25 | 木 | ココア水ようかん 牛乳          | ハンバーガー フライドポテト スープ みかん             |           | 完全給食         |
| 26 | 金 | 牛乳 *お菓子              | 肉豆腐 にしきあえ みそ汁(なす、油揚げ) パイン          | ごはん       |              |
| 27 | 土 | 牛乳(全クラス) お菓子         | マカロニサラダ チキンナゲット スープ(きやべつ、人参) りんご   | 食パン       |              |
| 29 | 月 | 牛乳 *お菓子              | きのこスパゲティ わかめのあえもの スープ(卵、ほうれん草) バナナ | 食パン       |              |
| 30 | 火 |                      | 年末休園(お休み)                          |           |              |
| 31 | 水 |                      | 年末休園(お休み)                          |           |              |

- 10時の牛乳は未満児のみです。(都合によって以上児も10時に牛乳を飲む場合があります)
- 以上児は午後のおやつ時に牛乳が付きます。(\*は未満児にも牛乳が付きます)

栄養摂取量目標値 → 3歳未満児  
3歳以上児(主食含む) エネルギー 463kcal エネルギー 574kcal たんぱく質 17.4g たんぱく質 21.5g 脂質 13.9g 脂質 17.2g 食塩 1.5g 食塩 1.6g

・3歳以上児の主食として持ってくることができるパンは「食パン」のみとなっています。