12月 給食献立表（認定こども園新高山めぐみ幼稚園）

2026年

日	曜	昼　食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	（その他の食品）	エネルギー
1	火	焼肉 小町和え ごはん　キャベツと若布のみそ汁 リンゴ	ピーチゼリー	豚肉/油揚げ/わかめ みそ/ゼリーの素	油・砂糖/いりごま/米	にんにく・しょうが/玉葱・人参 ピーマン/もやし/キャベツ りんご	醤油・みりん・塩・こしょう だし	510
2	水	ミートソーススパゲティ コーンサラダ 若布スープ バナナ	菜めしおにぎり	牛肉・豚肉/わかめ	スパゲティ・油・片栗粉/米	にんにく・玉葱・人参・椎茸 トマト水煮/コーン・キャベツ 胡瓜/貝割れ/バナナ 菜めしの素	塩・こしょう・ソース ケチャップ・コンソメ 8大ｱﾚﾙｹﾞﾝ不使用 ﾌﾚﾝﾁﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ・中華味	538
3	木	ブリの照り焼き 春雨サラダ ごはん 大根と油揚げのみそ汁　黄桃缶	のり塩ポテト	ぶり/ちくわ/油揚げ・みそ あおのり粉	砂糖・油/春雨/米 じゃが芋	キャベツ・胡瓜・人参/大根 黄桃缶	醤油・みりん・マヨドレ・だし 塩	645
4	金	五目鶏そぼろ丼 さつま芋の甘煮 豆腐とねぎのみそ汁 キャンディチーズ	ミルクケーキ	鶏肉/木綿豆腐・みそ キャンディチーズ	米・砂糖・油・ごま油 片栗粉/さつま芋/ﾐﾙｸｹｰｷ	しょうが・玉葱・青菜・人参 コーン・椎茸/ねぎ	みりん・醤油・だし	638
7	月	鶏の照り焼き　やみつきトマト スチームドブロッコリー ごはん　コンソメスープ ストロベリーケーキ クリスマスメニュー	ブルーベリーヨーグルト	鶏肉/ヨーグルト	砂糖・油/すりごま/米 いちごジャム・ｹｰｷﾐｯｸｽ ブルーベリージャム	トマト/ブロッコリー/玉葱 貝割れ	醤油・みりん・塩・コンソメ	547
8	火	おにぎり（1.5個） 雑煮 おもちつき	北海道産 シューストポテト	油揚げ	米/もち米 シューストポテト・油	ゆかりの素/大根・人参	塩・醤油・だし	406
9	水	園で焼き立て！メロンパン クリームシチュー コールスロー リンゴ	ごま昆布おにぎり	鶏肉・牛乳/ごま昆布	ﾒﾛﾝﾊﾟﾝ/じゃが芋・油 シチュールウ/米	玉葱・人参・ブロッコリー ｷｬﾍﾞﾂ・胡瓜・ｺｰﾝ/りんご	手作りドレッシング	595
10	木	回鍋肉 焼き餃子 ごはん　若布スープ パイナップル	ココアケーキ	豚肉・みそ/餃子/わかめ	砂糖・ごま油/油/米 ケーキミックス	にんにく・しょうが・キャベツ 玉葱・ピーマン・木耳/豆苗 パイナップル	みりん・醤油・中華味 ピュアココア	562
11	金	ハッシュドポーク 野菜コロッケ 花野菜のサラダ 食べる小魚	イチゴゼリー	豚肉/むかしのｺﾛｯｹ野菜 食べる小魚/ゼリーの素	米・油 ブラウンシチュールウ	玉葱・椎茸・グリンピース ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ｶﾘﾌﾗﾜｰ・人参 コーン	8大ｱﾚﾙｹﾞﾝ不使用 ｺﾞﾏﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	640
14	月	ハムカツ 磯煮 ごはん じゃが芋と油揚げのみそ汁　黄桃缶	きな粉マカロニ	ハムカツ/ひじき・ちくわ 油揚げ・みそ/きな粉	油/砂糖/米/じゃが芋 マカロニ	人参・インゲン/黄桃缶	醤油・みりん・だし・塩	562
15	火	タラの西京焼き 小松菜とえのきのお浸し ごはん　花麩と豆苗のお吸い物 みかん 薬膳料理	ストロベリーヨーグルト	タラ・みそ/花かつお ヨーグルト	砂糖・油/米/花麩 いちごジャム	小松菜・キャベツ・えのき・人参 豆苗/みかん	みりん・醤油・だし	403
16	水	豚汁うどん ちくわの天ぷら ベイクドポテト リンゴ	ゆかりおにぎり	豚肉・木綿豆腐・みそ ちくわ	うどん・ごま油/小麦粉・油 じゃが芋/米	大根・人参・糸蒟蒻・ごぼう ねぎ・椎茸/りんご ゆかりの素	みりん・だし	584
17	木	カレーライス チキンナゲット ブロッコリーのゴマドレサラダ オレンジ	グレープゼリー	豚肉/チキンナゲット ちくわ/グレープゼリー	米・油・じゃが芋 カレールウ	玉葱・人参・ブロッコリー キャベツ・コーン/オレンジ	8大ｱﾚﾙｹﾞﾝ不使用 ｺﾞﾏﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	653
18	金	メンチカツ スパゲティサラダ ごはん　白菜と油揚げのみそ汁 キャンディチーズ	ホットケーキ	ﾒﾝﾁｶﾂ/ツナ缶/油揚げ みそ/キャンディチーズ	油/スパゲティ/米 ケーキミックス・シロップ	キャベツ・胡瓜・人参/白菜	マヨドレ・だし	649
21	月	煮込みハンバーグ 春雨入り華風和え ごはん　さつま芋と若布のみそ汁 ゼリーアラモード おたんじょう会	黒糖蒸しパン	ハンバーグ/ツナ缶 わかめ・みそ 青りんごゼリー ホイップクリーム	油/春雨・いりごま・ごま油 砂糖/米/さつま芋 ケーキミックス・黒砂糖	玉葱・しめじ・トマト水煮 キャベツ・人参・木耳/黄桃缶 パイン缶	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・醤油・酢・だし	674
22	火	豚肉の生姜炒め 南瓜の甘煮 ごはん 切干大根と油揚げのみそ汁　食べる小魚 今日は「冬至」です	ちんすこう	豚肉/油揚げ・みそ 食べる小魚	油・砂糖/米/小麦粉	玉葱・ピーマン・赤パプリカ 黄パプリカ・にら・しょうが 南瓜/切干大根	醤油・みりん・だし・塩	631
23	水	発芽玄米ごはん ホッケの付け焼き 三色野菜の納豆和え 厚揚げとねぎのみそ汁 みかん マクロビオティックの日	青りんごゼリー	米・発芽玄米/ホッケ・しょうが・醤油・みりん・油 納豆・青菜・もやし・人参・すりごま・醤油・砂糖 厚揚げ・ねぎ・みそ・だし/みかん/ゼリーの素				439
24	木	チキンカツ 切干大根の炒め煮 ごはん 青菜としめじのみそ汁　白桃缶	フルーチェ（いちご）	チキンカツ/油揚げ/みそ 牛乳	油/砂糖/米 フルーチェの素	切干大根・人参・インゲン/青菜 しめじ/白桃缶	ケチャップ・醤油・みりん だし	592
25	金	ミートコロッケ 人参グラッセ　スパゲティ ごはん　具沢山のみそ汁 オレンジ	焼き芋	国産豚肉ｺﾛｯｹ/油揚げ みそ	油・砂糖/スパゲティ/米 さつま芋	人参/大根・しめじ・糸蒟蒻 ねぎ/オレンジ	塩・こしょう・だし	549
28	月	年越しラーメン 春巻き 切干大根のマヨ醤油和え パイン缶	レモンケーキ	鶏肉/春巻き	ラーメン・油/いりごま ﾚﾓﾝｹｰｷ	キャベツ・玉葱・人参・木耳 切干大根・胡瓜/パイン缶	醤油ラーメンスープの素 醤油・マヨドレ	502

材料等の都合により献立を変更することがございます。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量　エネルギー：566kcal　脂質：16.9g　たんぱく質：16.5g　炭水化物：88.8g　食塩相当量：1.8g

1、2歳児は「リンゴ」の提供日にフルーツ缶を提供いたします。