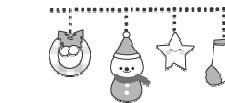


やさいデー



2025年 12月 乳幼児献立表（中野区保育園・幼稚園課）



曜日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
日	1 15	2 16	3 17	4 18	5 19	6 20	8 22	9 23	10 24	11 25	12 26	13 27
乳児 午前おやつ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット
主食	ご飯	あんかけ焼きそば	ご飯	ご飯	人参ご飯	炊き込みご飯	豆腐のドライカレー	ご飯	ご飯	ゆかりご飯	コーンご飯	中華丼
副食	シャキシャキつくね マッシュポテト トマト 味噌汁	人参のおかか煮 南瓜の甘煮 胡瓜のゆかり和え 味噌汁	クリームコーン入り卵焼き 二色和え 味噌汁	魚とごぼうの揚げ煮 ごま和え 豚汁	キャベツのレバー煮 大根のそぼろ煮 胡瓜もみじ 味噌汁	ツナサラダ チーズ	ぶり大根 納豆和え 味噌汁	ひじきコロッケ 二色和え トマト 味噌汁	生揚げの炒め煮 酢の物 ブロッコリー 味噌汁	鶏肉のマーマレード焼き さつま芋サラダ ミネストローネ	ジャーマンポテト しらす和え 味噌汁	
材料	胚芽米	中華蒸しめん	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米
	なたね油	鶏卵	鶏卵	人参	人参	人参	人参	人参	人参	人参	人参	人参
	鶏ひき肉	クリームコーン	めかじき	塩	鶏肉	豚ひき肉	ぶり	じゃが芋	胚芽米	ホールコーン	豚肉	豚肉
	もやし	人参	酒 片栗粉	パセリ	人参	豆腐	大根	豚ひき肉	ゆかり	塩	玉葱	玉葱
	えのきたけ	チンゲンサイ	玉葱	ごぼう	干しいたけ	玉葱	生姜	玉葱	生揚げ	塩	人参	人参
	片栗粉	白菜	グリンピース	鶏レバー	グリンピース	人参	なたね油	酒	豚肉	パセリ	チンゲンサイ	チンゲンサイ
	醤油	砂糖	牛乳	キャベツ	なたね油	なたね油	小麦粉	ひじき	マーマレード	塩	なたね油	なたね油
	塩	塩	塩	醤油	醤油	醤油	砂糖	塩	醤油	パセリ	醤油	醤油
	なたね油	粉末スープ	なたね油	みりん	砂糖	大根	小麦粉	小麦粉	片栗粉	塩	片栗粉	片栗粉
	じゃが芋	ごま油	南瓜	生姜	生姜	鶏ひき肉	砂糖	ひじき	生揚げ	塩	さつま芋	さつま芋
	牛乳	片栗粉	ほうれん草	さやいんげん	さやいんげん	なたね油	醤油	豚ひき肉	豚肉	塩	胡瓜	胡瓜
	バター	人参	白菜	酒	酒	なたね油	大根	玉葱	玉葱	パセリ	人参	人参
	塩	砂糖	醤油	醤油	醤油	醤油	砂糖	生姜	生姜	塩	チップ	チップ
	トマト	トマト	胡瓜	砂糖	砂糖	かぶ	片栗粉	片栗粉	片栗粉	塩	なたね油	なたね油
	大根	大根	ゆかり	醤油	醤油	かぶの葉	胡瓜	胡瓜	胡瓜	塩	人参	人参
	万能ねぎ	万能ねぎ	塩	かぶ	かぶの葉	豚肉	醤油	醤油	醤油	塩	セロリー	セロリー
	人参	人参	えのきたけ	油揚げ	油揚げ	大根	醤油	醤油	醤油	塩	ベーコン	ベーコン
	大豆味噌	大豆味噌	わかれめご飯の素	いりこ・昆布だし	いりこ・昆布だし	豆腐	人参	人参	人参	塩	玉葱	玉葱
	いりこ・昆布だし	いりこ・昆布だし		大豆味噌	大豆味噌	人参	葱	葱	葱	塩	大根	大根
デザート	みかん	バナナ	乳児 バナナ	みかん	りんご	バナナ	みかん	乳児 りんご	バナナ	バナナ	みかん	オレンジ
3時おやつ	牛乳 豆乳クリーム スパゲティ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
材料	スパゲティ 調整豆乳 なたね油 玉葱 めじ チンゲンサイ 塩 ベーコン	さつま芋 バター 砂糖 牛乳	胚芽米 鶏肉 舞茸 人参 ごぼう 醤油 砂糖 酒 塩	食パン 生クリーム 砂糖 ココア	米粉 ベーキングパウダー 砂糖 なたね油 調整豆乳 バナナ	胚芽米 青のり 片栗粉 醤油 きざみのり ウインナー	じゃが芋 なたね油 片栗粉 醤油 きざみのり ウインナー	小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー 牛乳 スキムミルク ビザチーズ バター ホールコーン ウインナー	小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー 牛乳 スキムミルク ビザチーズ バター ホールコーン ウインナー	丸パン バター 黄な粉 砂糖	りんごジュース 寒天 砂糖	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖
	米粉 粉末スープ										せんべい	
	エネルギー(乳児)kcal 630(505)	671(538)	571(466)	587(502)	664(534)	547(460)	553(446)	641(534)	606(523)	609(492)	608(492)	603(501)
	タンパク質(乳児)g 26.0(20.0)	26.3(21.3)	18.0(14.7)	21.0(17.8)	24.7(20.4)	21.7(18.4)	19.2(15.6)	23.8(20.5)	27.3(22.9)	19.5(16.2)	23.7(19.6)	20.0(16.8)
	補食	麦茶 ツナご飯	麦茶 ぶどうゼリー・菓子	麦茶 菓子・果物	麦茶 南瓜のマッシュ	麦茶 菓子	麦茶 おにぎり	麦茶 みかんゼリー・菓子	麦茶 菓子・果物	麦茶 蒸かし芋	麦茶 菓子・果物	麦茶 菓子
材料	胚芽米 ツナ缶 醤油	ぶどうゼリー 寒天 砂糖			南瓜 砂糖		胚芽米 ゆかり 塩	みかんジュース 寒天 砂糖		さつま芋		

* 補食は延長保育対象児のみになります。

* 献立内容は都合により変更する場合があります。

* 今月の「やさいデー」は、野菜を多く使用する日に設定しています。

* 柑橘類は入荷の状況により変更になることがあります。

* おやつ・補食の市販菓子は、卵、乳、胡麻が含まれていないものを使用しています。

* 口で囲まれた食材は、アレルゲンの確認が必要な加工食品です。

* 午前のおやつのビスケットは、クラッカーに変更になることがあります。

