

令和 7年 12月 乳幼児食献立表

保育園アリス馬絹

日	曜	給食	午後おやつ	3色分類			栄養価 (エネルギー、蛋白、脂質の順に表示)	
				赤 (身体を作る・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	緑 (体の調子を整える)	乳児	幼児
1・15	月	ごはん ハッシュドポーク もやしの三杯酢 すまし汁(生揚げ・わかめ)	牛乳 オートミールバー	牛乳 豚肉 醤油 生揚げ わかめ かつお節	米 油 酢 小麦粉 砂糖 オートミール バター	玉ねぎ コーン缶 マッシュルーム トマト缶 もやし きゅうり パナナ 人参 レーズン	566 kcal 21.4 g 20.8 g	633 kcal 23.0 g 21.7 g
2・16	火	ごはん 豚肉の炒め煮 黄金煮 味噌汁(豆腐・ほうれん草)	牛乳 オレンジ蒸しパン	牛乳 豚肉 醤油 豆腐 かつお節 卵 味噌 スキムミルク	砂糖 マーマレード さつま芋 バター 小麦粉 米 油	生姜 ほうれん草 玉ねぎ	502 kcal 18.1 g 16.0 g	552 kcal 18.9 g 15.7 g
3・17	水	味噌けんちんうどん ほうれん草のお浸し	飲むヨーグルト きな粉 クリームサンド みかん	牛乳 鶏肉 油揚げ かつお節 しらす 味噌 醤油 きな粉 飲むヨーグルト 豆乳	うどん 食パン コーンスターチ 砂糖	人参 ごぼう 大根 ほうれん草 みかん	516 kcal 23.8 g 11.2 g	570 kcal 26 g 9.7 g
4・18	木	ごはん 鯖の西京焼き れんこんのきんぴら 味噌汁(玉ねぎ・油揚げ)	牛乳 マカロニココア バナナ	牛乳 鯖 味噌 かつお節 醤油 油揚げ きな粉	米 砂糖 みりん ごま油 マカロニ ココア	れんこん いんげん 玉ねぎ パナナ 人参	500 kcal 22.8 g 17.1 g	550 kcal 24.8 g 17.1 g
5・19	金	ロールパン 鶏肉のラトウユ煮込み わかめとコーンのサラダ スープ(大根・白菜)	牛乳 ツナ炒飯	牛乳 鶏肉 醤油 わかめ ツナ缶	ロールパン 砂糖 みりん 油 酢 米	玉ねぎ パプリカ なす ズッキーニ キャベツ コーン缶 大根 白菜 ねぎ 人参 トマト缶	571 kcal 23.2 g 21.6 g	639 kcal 25.3 g 22.7 g
8・22	月	カレーライス 切干大根のサラダ	牛乳 プリン	牛乳 スキムミルク 鶏肉 醤油	カレールウ 砂糖 米 ごま ごま油 プリン(市販品) 酢 油 じゃが芋	玉ねぎ きゅうり 切干大根 人参	578 kcal 20.5 g 23.5 g	648 kcal 21.9 g 25.1 g
9・23	火	ごはん 鶏肉の柚子味噌焼き かぼちゃの含め煮 味噌汁(なす・小松菜)	牛乳 キャラメル お麩ラスク	牛乳 鶏肉 味噌 醤油 かつお節	米 砂糖 みりん 油 麩 バター	柚子 かぼちゃ ほうれん草 なす	469 kcal 18.0 g 17.1 g	511 kcal 18.8 g 17.1 g
10・24	水	ガバオライス シルバーサラダ	飲むヨーグルト ココア バナナケーキ	牛乳 豚肉 生揚げ 卵 飲むヨーグルト 醤油	米 ごま油 小麦粉 油 砂糖 春雨 マヨネーズ バター ココア	ピーマン にんにく 赤ピーマン 人参 きゅうり パナナ	589 kcal 21.8 g 18.0 g	661 kcal 23.5 g 18.2 g
11	木	ごはん レバーの胡麻照り焼き 香り和え すまし汁(麩・ねぎ)	牛乳 シュガーロール クラッカー	牛乳 豚レバー 醤油 かつお節	米 砂糖 みりん 小麦粉 ごま 油 ごま油 麩 クラッカー(市販品) シュガーロール(市販品)	もやし いんげん 人参 ねぎ	419 kcal 20.0 g 14.0 g	449 kcal 21.3 g 13.2 g
12・26	金	ロールパン チキングラタン じゃが芋とピーマンのソテー 豆乳キャベツスープ	牛乳 おかかごはん	牛乳 鶏肉 チーズ 豆乳 かつお節 醤油	ロールパン 油 ホワイトソース 米 パン粉 じゃが芋	玉ねぎ パセリ マッシュルーム カリフラワー 人参 ピーマン キャベツ コーン缶	484 kcal 22.8 g 14.2 g	530 kcal 24.7 g 13.5 g
25	木	☆クリスマスバイキング☆ ピラフ・から揚げ エビフライ・ポテトサラダ スープ(マカロニ・玉ねぎ)	りんごジュース もも・みかんのせ カップケーキ	牛乳 醤油 鶏肉 えび	じゃが芋 米 油 マヨネーズ 砂糖 りんごジュース マカロニ スポンジケーキ(市販品)	ピーマン きゅうり もも缶 みかん缶 人参 玉ねぎ	352 kcal 10.4 g 6.7 g	365 kcal 9.3 g 4.1 g

*乳児食は幼児の8割の分量にて提供。朝おやつとして牛乳90ccの提供があります。

令和 7年 12月 離乳食献立表

保育園アリス馬絹

日	曜	離乳食2		離乳食3		離乳食4 (乳児食取り分け8割程度)	
		給食	おやつ	給食	おやつ	給食	おやつ
1・15	月			軟飯 豚肉と玉ねぎのソテー 人参ともやしの和え物 すまし汁(わかめ)	ミルク マンナ バナナ	ごはん ハッシュドポーク(マッシュルーム除去) もやしの三杯酢(コーン除去) すまし汁(生揚げ・わかめ)	牛乳 オートミールバー
2・16	火			軟飯 豚肉と豆腐の煮物 さつま芋マッシュ 味噌汁(ほうれん草)	ミルク 米粉蒸しパン	ごはん 豚肉の炒め煮 黄金煮 味噌汁(豆腐・ほうれん草)	牛乳 オレンジ蒸しパン
3・17	水			煮込みうどん (鶏肉・大根・ほうれん草) 人参としらすの和え物	ミルク バターサンド 皮なしみかん	味噌けんちんうどん ほうれん草のお浸し	飲むヨーグルト きな粉 クリームサンド みかん
4・18	木			軟飯 カレーと人参の味噌煮 いんげんと玉ねぎの和え物 味噌汁(人参)	ミルク ハイハイ バナナ	ごはん 鯖の西京焼き れんこんのきんぴら 味噌汁(玉ねぎ・油揚げ)	牛乳 マカロニココア バナナ
5・19	金			食パンスティック 鶏肉となすのケチャップ煮 ズッキーニとキャベツのサラダ すまし汁(大根)	ミルク ツナ軟飯	ロールパン 鶏肉のラタトゥイユ煮込み わかめとコーンのサラダ(コーン除去) スープ(大根・白菜)	牛乳 ツナ炒飯
8・22	月			あんかけ丼 (鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ) 人参ときゅうりのサラダ	ミルク ヨーグルト	カレーライス 切干大根のサラダ	牛乳 プリン
9・23	火			ごはん 鶏肉とほうれん草のソテー かぼちゃマッシュ 味噌汁(なす)	ミルク キャラメル お麩ラスク	ごはん 鶏肉の柚子味噌焼き かぼちゃの含め煮 味噌汁(なす・小松菜)	牛乳 キャラメル お麩ラスク
10・24	水			あんかけ丼 (豚肉・ピーマン・人参) きゅうりと豆腐のサラダ	ミルク 米粉バナナ 蒸しパン	ガパオライス シルバーサラダ	飲むヨーグルト ココア バナナケーキ
11	木			ごはん 鶏レバーといんげんのソテー 人参スティックサラダ すまし汁(もやし)	ミルク マンナ	ごはん レバーの胡麻照り焼き 香りและ すまし汁(麩・ねぎ)	牛乳 シュガーロール クラッカー
12・26	金			食パンスティック 鶏肉とじゃが芋の煮物 玉ねぎとピーマンの和え物 すまし汁(キャベツ)	ミルク おかか軟飯	ロールパン チキングラタン(マッシュルーム除去) じゃが芋とピーマンのソテー(コーン除去) 豆乳キャベツスープ	牛乳 おかがご飯
25	木			人参軟飯 鶏肉と玉ねぎのソテー きゅうりとじゃが芋の和え物 すまし汁(人参)	ミルク 米粉いちご 蒸しパン	☆クリスマスバイキング☆ ピラフ・から揚げ エビフライ・ポテトサラダ スープ(マカロニ・玉ねぎ)	りんごジュース もも・みかんのせ カップケーキ

令和 7年 12月 延長補食献立表

日	曜	補食	主な原材料
1・15	月	クリームパン	小麦粉 砂糖 乳製品 卵
2・16	火	ホームパイ	小麦粉 砂糖 乳製品 塩
3・17	水	ポテコ	乾燥ポテト 油 塩
4・18	木	おととと	じゃが芋 砂糖 でん粉 塩
5・19	金	鈴カステラ	小麦粉 砂糖 乳製品 はちみつ
6・20	土	ココナッツサブレ	小麦粉 砂糖 塩 ココナッツオイル
8・22	月	ばかうけ	米 油 砂糖 青のり 醤油
9・23	火	たべっこ動物	小麦粉 砂糖 乳製品 卵
10・24	水	こつぶっこ	米 油 砂糖 はちみつ でん粉 醤油
11・25	木	黒糖ロール	小麦粉 砂糖 油 卵 黒糖 乳製品
12・26	金	ウエハース	小麦粉 砂糖 乳製品 卵
13・27	土	マリービスケット	小麦粉 砂糖 バター 乳製品