



2024年度

# 12月予定献立表



幼保連携型認定こども園 明石南こどもの城

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	日				
2	月	クッキー 牛乳	ごはん 鱈のごまみそ焼き かぼちゃ煮 白菜のすまし汁 オレンジ	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
3	火	せんべい ほうじ茶	ごはん ふんわり玉子焼き 小松菜ののり和え 油揚げのみそ汁 りんご	マカロニきなこ 牛乳	クッキー ほうじ茶
4	水	せんべい 牛乳	食パン ハンバーグ ポパイソテー 豆乳キャベツスープ パイン	ひじきチャーハン ほうじ茶	クラッカー カルピス
5	木	ビスケット ほうじ茶	麦ごはん 鰯のゆず風味焼 ひじきの煮物 けんちん汁 バナナ	焼ビーフン 牛乳	ウエハース ほうじ茶
6	金	せんべい ほうじ茶	ポロネーゼスパゲティ かぼちゃスープ オレンジ	ツナポテトパン カルピス	クッキー ほうじ茶
7	土		～発表会～		
8	日				
9	月	ウエハース ほうじ茶	ごはん 鱈のピカタ 切干大根煮 豆乳汁 オレンジ	キャロットケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
10	火	せんべい アップルジュース	ごはん すき焼き風煮 わかめの中華和え バナナ	ピザポテト 牛乳	ビスケット ほうじ茶
11	水	クラッカー 牛乳	ごはん 麻婆豆腐 たまごスープ キウイフルーツ	肉まん 牛乳	クッキー ほうじ茶
12	木	せんべい ほうじ茶	麦ごはん 豚のしょうが焼き ポテトサラダ わかめスープ オレンジ	フレンチトースト アップルジュース	せんべい カルピス
13	金	クッキー ほうじ茶	いちごジャムコッパン 鮭のオーロラ焼き チーズサラダ たまごスープ バナナ	五平もち 牛乳	せんべい ほうじ茶
14	土	ボーロ 牛乳	あんかけ丼 中華スープ パイン	カステラ 牛乳	
15	日				
16	月	クッキー 牛乳	ごはん 鱈のごまみそ焼き かぼちゃ煮 白菜のすまし汁 オレンジ	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
17	火	せんべい ほうじ茶	ごはん ふんわり玉子焼き 小松菜ののり和え 油揚げのみそ汁 りんご	マカロニきなこ 牛乳	クッキー ほうじ茶
18	水	せんべい ほうじ茶	ポロネーゼスパゲティ かぼちゃスープ オレンジ	ツナポテトパン カルピス	クラッカー ほうじ茶
19	木	せんべい ほうじ茶	★チキンカレーピラフ 星ハンバーグ ポテトツリー コーンスープ みかん★	スフレロールケーキ ほうじ茶	ウエハース カルピス
20	金	ビスケット ほうじ茶	★ごはん 鰯のゆず風味焼 ひじきの煮物 けんちん汁 パイン★	★冬至かぼちゃ 牛乳★	クッキー ほうじ茶
21	土	せんべい 牛乳	焼きそば ポテトスープ バナナ	しらすおにぎり 牛乳	
22	日				
23	月	ウエハース ほうじ茶	ごはん 鱈のピカタ 切干大根煮 豆乳汁 オレンジ	ココアケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
24	火	せんべい アップルジュース	ごはん すき焼き風煮 わかめの中華和え バナナ	フライドポテト 牛乳	ビスケット ほうじ茶
25	水	クラッカー ほうじ茶	ごはん 麻婆豆腐 たまごスープ キウイフルーツ	あんまん 牛乳	クッキー ほうじ茶
26	木	クッキー 牛乳	麦ごはん ツナカレー コンソメスープ りんご	五平もち ほうじ茶	せんべい カルピス
27	金	クッキー ほうじ茶	いちごジャムコッパン 鮭のオーロラ焼き チーズサラダ たまごスープ バナナ	★年越しうどん 牛乳★	せんべい ほうじ茶
28	土	ボーロ 牛乳	あんかけ丼 中華スープ パイン	カステラ 牛乳	
29	日				
30	月		ねんまつきゆうえん 年末休園		
31	火				

※献立は都合により変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつのでんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しています。



## ★今月の行事食★

- ・12月19日(木) クリスマスマニュー  
3歳以上児はホールで会食を行う予定です
- ・12月20日(金) 冬至かぼちゃ(午後おやつ)
- ・12月27日(金) 年越しうどん(午後おやつ)



## 今月の平均栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
・3歳未満児	486kcal	18.8g	14.6g	1.3g
・3歳以上児	604kcal	24.1g	17.7g	1.5g