

令和7年



12月

よていこんだてひょう



大栄分所（幼稚園）

日	曜日	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき					
		しゅしょく	ふくしょく	体をつくるもと		体のちょうしをととのえるもと		エネルギーのもと	
				たんぱく質	むきしつ 無機質	ビタミン		たんすいかぶつ 炭水化物	しつ 脂質
1	月		キャベツメンチ（ソース） とうふと玉ねぎのみそ汁 切り干し大根の炒め煮 	ぶた肉 とうふ みそ とり肉 油揚げ さつまあげ		にんじん いんげん	玉ねぎ ねぎ しいたけ 切干大根 キャベツ	砂糖 パン粉 小麦粉	油 ごま油
2	火		コーンフ레이크チキン クリームシチュー ブロッコリーとカリフラワーのサラダ （マヨネーズ）	とり肉 ベーコン	牛乳 ｽﾏｲﾙｸ	にんじん パセリ ブロッコリー	玉ねぎ ﾏｯｼｭﾙｰﾑ しめじ カリフラワー	コーンフ레이크 砂糖 じゃがいも	マヨネーズ 油
3	水		こぎつねご飯の具 さつまいものみそ汁 こまつなのごまあえ	とり肉 油揚げ ぶた肉 とうふ みそ		にんじん こまつな	枝豆 たまねぎ だいこん キャベツ もやし	砂糖 さつまいも	油 ごま
4	木		プルコギ ワンスープ チョレギサラダ りんご 	牛肉 ぶた肉 とり肉	わかめ のり	にんじん にら	玉ねぎ しめじ ねぎ キャベツ きゅうり りんご	砂糖 ワントン	ごま ごま油 ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
5	金		白身魚のフライ（ソース） トマトABCスープ コールスローサラダ （ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ）	たら ベーコン ツナ	粉チーズ	にんじん トマト ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ ﾏｯｼｭﾙｰﾑ セロリ コーン	マカロニ 砂糖 パン粉 小麦粉	油 ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
▼ 12月8日は有機農業の日 ▼				12月8日は有機農業の日です。成田市でもオーガニック野菜を作っています。					
8	月		ハンバーグおろしソース 豚汁 千草和え ぶどうゼリー	とり肉 ぶた肉 とうふ みそ 油揚げ		にんじん こまつな ほうれんそう	だいこん しモン汁 ねぎ ごぼう もやし キャベツ 玉ねぎ	砂糖 ゼリー	ごま ごま油
9	火	ソフト麺	手作りさつまいもパイ ミートソース 寒天サラダ（ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ）	ぶた肉 とり肉 大豆 卵	粉チーズ わかめ	にんじん ピーマン トマト ブロッコリー	玉ねぎ ﾏｯｼｭﾙｰﾑ セロリ 枝豆 コーン	ソフト麺 小麦粉 パイ さつまいも	油 ﺩﾚｯｼﾝｸﾞ
10	水		いわしハンバーグフライ （ソース） どさんこ汁 れんこんのおかか煮	いわし ぶた肉 とうふ かつお節 みそ とり肉 ちくわ		にんじん いんげん	玉ねぎ コーン れんこん	じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉	油 バター ごま油
11	木		トマトオムレツ ポークカレー グリーンサラダ（ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ） クリスマスケーキ	卵 とり肉 ぶた肉	ｽﾏｲﾙｸ	にんじん ブロッコリー トマト	玉ねぎ キャベツ	じゃがいも でん粉 ケーキ	油 ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
12	金		ぎょうざ はっほうさい 中華あえ ソフール元気ヨーグルト	とり肉 ぶた肉 いか えび 卵 大豆粉	ヨーグルト	にんじん にら	はくさい 玉ねぎ しいたけ きゅうり きくらげ キャベツ	でん粉 マロニー 砂糖 小麦粉 もち米粉	ごま油 油 ごま
15	月		さばごまみそ焼き のっぺい汁 こまつなとたまごのあえもの	さば みそ とり肉 とうふ 油揚げ かつお節 卵	牛乳	にんじん こまつな	だいこん ねぎ しいたけ きゅうり	米 でん粉 砂糖	ごま 油
16	火		肉だんごてりやきソース ポトフ ひじきのマリネ	ハム とり肉 ウインナー ぶた肉	ひじき チーズ	ピーマン にんじん パセリ パプリカ	玉ねぎ ﾏｯｼｭﾙｰﾑ キャベツ セロリ きゅうり しモン汁	じゃがいも 砂糖	油
17	水		とり肉のから揚げ かきたま汁 きゅうりの南蛮漬け コアヨーグルト	とり肉 とうふ 卵	わかめ ヨーグルト	にんじん	玉ねぎ きゅうり	米粉 砂糖 でん粉	油 ごま油 ごま

★献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。

せっけんで「て」をあらおう！

しょくじのまえには せっけんで てを あらいましょう

てあらいをするとき、とくにいしきをしないであらっているとあらいのこがいろいろとでてしまいます。せっけんをつかっていしきをしながらきちんと洗いましょう。



今月の地元産は…

【さつまいも】高木友哉（桜田）
【にんじん】伊藤耕佑（川上）
伊東泰則（多良貝）
【だいこん】12/8 金森史明（吉岡産）

【ぶた肉】12/8、10、11
飯田裕一（大栄十倉三）

