

2025年12月 明石市立幼稚園 月間献立表 (アレルギー対応食)

	月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
昼食	●ミートボールの甘酢あん キャベツソテー ちくわの天ぷら 油揚げと大根のみそ煮 フルーツ(もも) ごはん	●ポテトとたまねぎのパンこやき インゲンのごま和え ●人参のおかか炒め 白菜と鶏肉のうま煮 高野豆腐の煮物 ●ごはん(ふりかけ)	とりのてりやき マカロニソテー ふかし南瓜 小松菜と大豆のかつお和え ●アメリカンドッグ ごはん 	タラのからあげ のりしおパスタ ブロッコリーボイル 切干大根煮 白菜のごま和え ●ごはん(ふりかけ)	●ハンバーグ スパソテー ●フライドポテト ●うみとはたけのサラダ ほうれん草ソテー ●パン
おやつ	●つぶつぶベジタブル	あげせん	おにぎりせんべい銀シャリ	●かっぱえびせん	ポテコ
	8日	9日	10日	11日	12日
昼食	とりのからあげ ほうれん草のナムル ブロッコリーボイル はるさめのいためもの フルーツ(りんご) ごはん	ポークチャップ キャベツソテー かぼちゃの天ぷら マカロニサラダ 小松菜とかにかまの和え物 ●ごはん(ふりかけ)	●にくだんごの磯辺揚げ 和風スパ ウィンナーソテー ひじき豆 白菜のおかか和え ごはん	とりにくのオレンジやき ビーフンソテー ●厚揚げの煮物 ●ポパイサラダ 青のりポテト ●ごはん(ふりかけ)	●えびフライ スパソテー ブロッコリーボイル とり肉とじゃが芋の炒め物 ●肉団子 ごはん
おやつ	●あげせん	ソフトせんべい	えびちび	つぶつぶベジタブル	●みかんゼリー
	15日	16日	17日	18日	19日
昼食	ぶたのしょうがやき キャベツソテー 南瓜の煮物 ●ツナマカロニ フルーツ(みかん) ごはん 	さわらの和風ムニエル ブロッコリーボイル ちくわの炒め煮 はるさめサラダ ●人参と大豆のカレー炒め ●ごはん(ふりかけ)	●てりやきハンバーグ スパソテー ●小松菜のごま和え 鶏肉野菜炒め ふかしさつまいも ごはん	●ポテトとやさいのパンこやき カレーマカロニ ●肉団子 白菜と厚揚げの中華風 ほうれん草ソテー ●ごはん(ふりかけ)	●ミートボールケチャップ ビーフンソテー ウィンナーソテー ブロッコリーとしめじのおかかマヨ 小松菜とかにかまのサラダ ●パン
おやつ	●おにぎりせんべい銀シャリ	かっぱえびせん	●ポテコ	あげせん	●ソフトせんべい
	22日	23日	24日	25日	26日
昼食	●わふうハンバーグ スパソテー フライドポテト 豚大根 フルーツ(もも) ごはん	のり塩からあげ マカロニケチャップ ほうれん草ソテー ●キャベツのサラダ 人参のグラッセ風 ●ごはん(ふりかけ) ★クリスマスメニュー★	さわらのたつたあげ ブロッコリーボイル ●ふかし南瓜 切干大根のカレー炒め 白菜の甘酢和え ごはん 	●にくだんごのカレーあげ スパソテー ●インゲンの炒め物 鶏ムネとキャベツの和風サラダ 人参のおかか炒め ●ごはん(ふりかけ)	チキンチャップ 小松菜の炒め物 ブロッコリーボイル ひじき煮 大学芋 ごはん
おやつ	ポテコ	クリスマスデザート	つぶつぶベジタブル	源氏パイ	●たべっこどうぶつベイビー
	29日	30日	31日		
昼食					
おやつ					

※食材の入荷により献立を一部変更することがあります。