

2025年



双葉ヶ丘幼稚園（幼稚園部）



調理担当
後藤 南
山崎 吉田
献立担当 橋本



日付	行事	マーク	献立	エネルギー (kcal)	材料名		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 月		★	かぼちゃのみぞ汁、牛丼	151.8	しらたき、片栗粉、砂糖、油	牛肉、味噌	玉葱、かぼちゃ、人参、ねぎ
02 火			豆腐とわかめのみぞ汁、野菜コロッケ、ほうれん草の胡麻和え	155.7	野菜コロッケ、油、砂糖	木綿豆腐、味噌、ごま	ほうれんそう、人参、玉葱、ねぎ、わかめ
03 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
04 木			ボトフ、トマト煮込みポール、小松菜とベーコンのサラダ	174.9	じゃがいも、砂糖、片栗粉	チキンポール、レバーソーセージ、ベーコン	小松菜、玉葱、もやし、ホールトマト、コーン、人参、キャベツ
05 金	午前保育日 (生活発表会準備のため)		【軽食】バーガードッグ、ミニクリーミーバン、牛乳	275.9	パン、ミニクリーミーバン、油	ハンバーグ、牛乳	キャベツ
09 火			卵豆腐のすまし汁、メンチカツ、かぼちゃのサラダ	212.3	マヨネーズ、油	メンチカツ、卵豆腐、ベーコン	かぼちゃ、胡瓜、コーン、貝割れ菜
10 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
11 木			すき焼き風うどん、おかか塩こんぶ、バナナ	213.2	うどん、砂糖、油	牛肉、かまぼこ、かつお節、ごま	バナナ、白菜、玉葱、人参、塩こんぶ、ねぎ
12 金	お誕生日会	★	野菜スープ、チキンカツ、マカロニサラダ、苺ホイップゼリー	281.4	砂糖、マカロニ、マヨネーズ	チキンカツ、ホイップクリーム、ベーコン、ロースハム	りんご天然果汁、玉葱、胡瓜、みかん、キャベツ、いちご、人参、コーン、かんてんクリック
15 月			中華スープ、揚げ餃子、きゅうりともやしのナムル	167.5	油、砂糖、ごま油	ぎょうざ、卵、ごま	胡瓜、もやし、玉葱、人参、コーン、ねぎ、わかめ
16 火			団子汁、鮭の塩焼き、切干大根のわらか煮	144.8	やせうま、砂糖	さけ、味噌、豚肉、油揚げ	人参、玉葱、かぼちゃ、しいたけ、いんげん、切り干しだいこん、ねぎ
17 水	お弁当日 餅つき会		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
18 木		★	チキンカレー、フルーツポンチ	200.5	じゃがいも、砂糖	鶏もも肉	玉葱、みかん、パイン、もも、人参、バナナ、青ビーマン
19 金	クリスマス会	★	ミネストローネ、ナゲット、ブロックソーセーとコーンのソテー、苺のケーキ	393.4	じゃがいも、油、マーガリン	チキンナゲット、ホイップクリーム、ベーコン	ブロックソーセー、いちご、コーン、玉葱、キャベツ、人参、ホールトマト
22 月			キャベツとベーコンのスープ、白身魚のフライ、ツナスパサラダ	205.8	スパゲティ、マヨネーズ、油、砂糖	白身魚フライ、卵、ベーコン、ツナ	玉葱、胡瓜、キャベツ、人参、コーン
23 火		★	白菜シチュー、小魚の甘煮	133.2	じゃがいも、砂糖、油	牛乳、鶏むね肉、いわし、ごま、かつお節	白菜、玉葱、人参、ほうれんそう
24 水	2学期終業式		【軽食】チキンカツサンド、チョコパン、牛乳	280.1	パン、チョコパン、油	牛乳、チキンカツ	キャベツ
1/6 火	3学期始業式		【軽食】ハムネーズパン、ミニクリーミーバン、牛乳	236.8	ハムネーズパン、ミニクリーミーバン	牛乳	

※★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。※仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。

冬野菜を食べましょう！

冬野菜には、体を暖めてくれる根菜類があります。根菜は「野菜の根を食べるもの」を言い、地面から多くの栄養を貯蔵して育つので、栄養がたくさんあります。

根菜類には、ごぼうやかぶ、人参やれんこんといった野菜があります。寒さや風邪などにも効果的で病気に負けない体を作ってくれます。

給食でも、様々な料理に冬野菜を取り入れていますので、ぜひお家でも煮込み料理やスープ、野菜たっぷりの鍋など、温かい料理にして食べてください。

