

給食メニュー 2025年12月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
2025. 12. 01	2025. 12. 02	2025. 12. 03	2025. 12. 04	2025. 12. 05	2025. 12. 06
ごはん 味噌汁（ブロッコリー・人参・あおさ） 魚のゴマ味噌がけ 人参しりしり 梅のり納豆 よもぎ水ようかん ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 魚の煮つけ さつま芋おから煮 しらす フルーツヨーグルト プルーン	雑穀ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・わかめ） 塩麴ニラレバ 人参じゃこ炒め 果物 ふかし芋 牛乳	ごはん 味噌汁（大根・玉ねぎ・わかめ） 魚のおろしポン酢 かぼちゃ胡麻和え コーン納豆 米粉の和風ケーキ	野菜うどん 魚の塩焼き 青のり粉ふき芋 果物 南部せんべい	ごはん ポトフ おろし人参ツナ ヨーグルト 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2025. 12. 08	2025. 12. 09	2025. 12. 10	2025. 12. 11	2025. 12. 12	2025. 12. 13
ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 魚の照り焼き 切り干し大根の煮物 コーン納豆 サラダチキン きゅうりスティック	糸こんにゃくそぼろごはん 味噌汁（かぼちゃ・玉ねぎ・ごま） 鮭とねぎの味噌焼き ちぎり豆腐おかか炒め みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁（じゃが芋・白菜・あおさ） 魚のおろし煮 人参しりしり 果物 林檎のメープルごま絡め 玄米ゴマせんべい	ごはん 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 魚の竜田揚げ ソーセージコロコロソテー 梅おかか納豆 りんごのパウンドケーキ	梅おかかごはん 味噌汁（ほうれん草・人参・わかめ） 豚肉のリングソース煮 ブロッコリーと人参のごま和え 玄米おかき ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2025. 12. 15	2025. 12. 16	2025. 12. 17	2025. 12. 18	2025. 12. 19	2025. 12. 20
ごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 魚の醤油麹焼き 果物 梅おかか納豆 お誕生日ケーキ	梅おかかごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 鮭と大豆とじゃが芋の煮物 ウインナーと人参のきんぴら きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 鶏肉の梅味噌煮 ほうれん草のカレー風味炒め しらす よもぎ蒸しパン 牛乳	ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・わかめ） 魚の味噌煮 八宝菜 大根納豆 みかん寒天 焼塩せんべい	*冬至豚汁うどん 高野豆腐のツナそぼろ ブロッコリーと人参のごま和え 果物 お誕生日ケーキ	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2025. 12. 22	2025. 12. 23	2025. 12. 24	2025. 12. 25	2025. 12. 26	2025. 12. 27
ごはん 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 魚の柚子味噌焼き きんぴられんこん コーン納豆 醤油せんべい	ごはん 味噌汁（小松菜・玉ねぎ・ごま） 魚のしょうが煮 ワカメとツナの炒め物 金時豆 バナナヨーグルト	チキンライス ポトフ ブロッコリー醤油麹胡麻和え 果物 クリスマスバナナケーキ 果物	ごはん 味噌汁（大根・玉ねぎ・わかめ） 魚の昆布蒸し かぼちゃ胡麻和え 梅おかか納豆 りんごのコンポート 玄米ゴマせんべい	梅おかかごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 鶏じゃがよもぎ風味 ほうれん草とツナの塩昆布和え 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2025. 12. 29	2025. 12. 30	2025. 12. 31			
休園日	休園日	休園日			
<p><今月の予定></p> <p>12月19日（金）お料理「冬至豚汁うどん」…「ん」のつく食材をたっぷりつけた豚汁うどんをつくります。</p> <p>12月22日（月）食育「冬至」…ゆず・「ん」のつく野菜（南京・人参・蓮根）など冬至の食材についてお話をします。</p>					



*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。