



令和7年 12月献立表

ミルクたんぽぽ園

月		火		水		木		金		土	
1日	蒸し鶏 春雨サラダ スープ ご飯 牛乳 さつまいもとごまのクッキー	2日	鯖の味噌煮 高野豆腐の揚げ煮 沢煮椀 麦ご飯 牛乳 ミルクプリン	3日	塩麻婆豆腐 ナムル スープ ご飯 果物 牛乳 ガレット風	4日	里芋コロッケ 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 アップルパイ風	5日	鶏とじゃがいものトマト煮込み サラダ スープ パン 果物 牛乳 カップケーキ	6日	天津飯 サラダ スープ 牛乳 果物
8日	アジフライ 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 おからドーナツ	9日	鰯のみぞれ煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 大豆のカレー風味揚げ	10日	ラザニア風 サラダ スープ (コンソメ) パン フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	11日	鶏じゃが 酢の物 味噌汁 ご飯 牛乳 おにぎり	12日	ビビンバ 和え物 スープ 果物 牛乳 野菜かりんとう	13日	海鮮焼きそば おにぎり 味噌汁 果物 牛乳 鬼饅頭
15日	ちゃんちゃん焼き 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 根菜ピザ	16日	鰯のヤンニョムカンジャンかけ 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 豚まん	17日	けんちん煮 和え物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	18日	タラのポン酢和え 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 さつまいものケーキ	19日	鶏肉と野菜のあんかけ 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 ボーロ	20日	鯖缶カレー サラダ 果物 牛乳 チーズ
22日	冬至献立 けんちんうどん ちくわの磯部揚げ デザート 牛乳 南瓜パン	23日	クリスマス献立 お楽しみ 牛乳 クリスマスケーキ	24日	生姜焼き 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 くるくるサンド	25日	がんも 和え物 味噌汁 わかめご飯 牛乳 りんごとさつまいもの甘煮	26日	お楽しみ献立 牛乳 お楽しみ	27日	パン サラダ スープ 果物 牛乳

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

22日 ☆冬至献立☆・・・22日は冬至の日。北半球で太陽が最も低く、夜が長くなる。柚湯に入り南瓜などを食べる風習がある。

冬至には「運が付く」ということから「ん」が付く食べ物（みかん・南瓜・蓮根など）を食べて無病息災を願ってきました。

12月25日 🎄クリスマス…イエス・キリストの誕生を祝うキリスト教の祝日。

12月 旬の食材…大根、蓮根、白菜、ねぎ、里芋、イカ、たら、みかん

