

令和7年度 12月分献立表



日 曜	献立名	材 料 名			午後 おやつ 午前 (3歳未満児)
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 /15 月	コーンクリームスパゲティ ステイック野菜 コンソメスープ (キャベツ・たまねぎ・人参)	スパゲッティ、調合油、上白糖、ごま油、さつまいも	ベーコン、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、ぶなしめじ、コーン缶、きゅうり、だいこん、にんじん、キャベツ	牛乳 さつまいもステイック
					麦茶 菓子
2 /16 火	ごはん 柳川風煮 かぶの塩昆布和え 味噌汁(油揚げ わかめ)	精白米、上白糖、ごま油、食パン、有塩バター、粉糖	卵、豚肉、油揚げ、牛乳、米みそ	ごぼう、たまねぎ、にんじん、干しこいじけ、きゅうり、キャベツ、かぶ、塩昆布、カットわかめ	牛乳 フレンチトースト
					麦茶 菓子
3 /17 水	ポークカレー ツナサラダ 果物	精白米、じゃがいも、調合油、薄力粉、有塩バター、上白糖、コーンフレーク	豚肉、スキムミルク、ツナ缶、牛乳	にんじん、たまねぎ、いちご ジャム、キャベツ、きゅうり、果物、にんにく、しょうが	コーンフレークミルク
					麦茶 菓子
4 /18 木	ごはん ぶり大根 ひじきの白和え 味噌汁(玉ねぎ 油揚げ)	精白米、上白糖、すりごま、釜焼きふ、有塩バター	ぶり、木綿豆腐、油揚げ、牛乳、米みそ	だいこん、干しひじき、こまつな、にんじん、たまねぎ、しょうが	牛乳 お麩ラスク
					麦茶 菓子
5 /19 金	パン ポークビーンズ コーンサラダ 果物	コッペパン、調合油、じゃがいも、上白糖、精白米	豚もも肉、ベーコン、大豆、じらす干し	たまねぎ、にんじん、カットトマト缶、コーン缶、キャベツ、きゅうり、果物、カットわかめ	麦茶 しらすとわかめのおにぎり
					麦茶 菓子
6 /20 土	スパゲティナポリタン 野菜スープ チーズ	スパゲッティ、調合油	ベーコン、プロセスチーズ、牛乳	たまねぎ、青ピーマン、にんじん、パセリ	牛乳 菓子
					牛乳 菓子
8 /22 月	ほうとう風うどん おかか和え ヨーグルト	干しうどん、精白米、上白糖、いりごま	油揚げ、かつお節、ヨーグルト、ツナ缶、米みそ	かぼちゃ、だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、干しひじき	麦茶 ツナとひじきのおにぎり
					麦茶 菓子
9 /23 火	ごはん 鶏肉のごまだれかけ ナムル かきたま中華スープ (卵 豆腐 椎茸)	精白米、ごま、上白糖、ごま油、薄力粉、有塩バター	鶏もも肉、卵、絹ごし豆腐、牛乳	チンゲンサイ、りょくとうもやし、にんじん、干しこいじけ、オレンジジュース	牛乳 キャロットパンケーキ
					麦茶 菓子
10 /24 水	ごはん 五目うま煮 ごま酢和え 味噌汁(玉ねぎ 人参)	精白米、さといも、調合油、上白糖、いりごま、コッペパン、グラニュー糖	鶏もも肉、高野豆腐、牛乳、米みそ	にんじん、だいこん、干しこいじけ、キャベツ、たまねぎ	牛乳 揚げパン
					麦茶 菓子
11 /25 木	チャーハン 春雨サラダ わかめスープ(豆腐 わかめ)	精白米、調合油、はるさめ、上白糖、ごま油、さつまいも	豚肉、絹ごし豆腐、牛乳	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、きゅうり、りょくとうもやし、カットわかめ	牛乳 焼きいも
					麦茶 菓子
12 /26 金	ごはん 魚のちゃんちゃん焼き 粉ふき芋 すまし汁(小松菜・えのき・焼き麸)	精白米、有塩バター、上白糖、じゃがいも、窯焼きふ	さけ、プレーンヨーグルト、米みそ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、えのきだけ、バナナ	麦茶 フルーツヨーグルト・菓子
					麦茶 菓子
13 /27 土	ハムチーズサンド 野菜スープ 果物	食パン	ロースハム、プロセスチーズ、牛乳	パセリ、たまねぎ、にんじん、果物	牛乳 菓子
					牛乳 菓子
クリスマス	ケチャップライス ローストチキン ポテトサラダ コンソメスープ (キャベツ・玉ねぎ)	精白米、調合油、上白糖、じゃがいも、ホットケーキミックス、有塩バター、マヨネーズ	ウインナーソーセージ、鶏もも肉、牛乳、生クリーム	にんじん、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、キャベツ、みかん缶、いちご	牛乳 クリスマスケーキ
誕生会	ごはん 豆腐ナゲット 茹でブロッコリー マカロニスープ (マカロニ 人参 玉ねぎ ベーコン)	精白米、かたくり粉、調合油、マカロニ、ぎょうざの皮、マヨネーズ	鶏ひき肉、木綿豆腐、ベーコン、乳酸菌飲料、ウインナーソーセージ、ピザ用チーズ	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン缶、青ピーマン	乳酸菌飲料 餃子の皮ピザ
・食材の都合により、献立が変更になる場合があります。 ・納入の兼合いで冷凍食材を使用する場合があります。			エネルギー	たんぱく質	
		3歳未満児	424kcal(463kcal)	15.7g(15.1~23.2g)	
		3歳以上児	527kcal(562kcal)	20g(18.7~28.7g)	
※()は目標量です。					