



2025年度12月 献立予定表（完了食）



| 日付 | 献立名 | 材料名 | 午前おやつ | エネルギー たんぱく質 脂質 |
|----------------------|---|---|-------|----------------------|
| | | | 午後おやつ | |
| 1 15 29 (月) | ご飯 こまつなのおみそ汁 ポークチャップ さといものサラダ みかん  | 牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、こまつな、もやし、まいたけ、みそ/豚肉(もも)、たまねぎ、おろししょうが、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース/さといも、きゅうり、にんじん、カレー粉、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/みかん/牛乳/クリームチーズ、牛乳、卵、砂糖、油、しょうゆ、小麦粉、ベーキングパウダー | 牛乳 | 480 kcal |
| | | | おせんべい | 21.3 g |
| | | | 牛乳 | 16.3 g |
| 2 16 30 (火) | ご飯 炒めごぼう汁 さけのみぞれ煮 キャベツのすりごま和え 煮りんご | 牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、ごま油、ごぼう、たまねぎ、油揚げ、しょうゆ、食塩/油、さけ、片栗粉、砂糖、しょうゆ、だいこん/ほうれんそう、キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、すりごま/りんご/牛乳/干しうどん、ごま油、豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、もやし、たまねぎ、コーン(冷凍)、食塩、水、鶏がらスープの素、しょうゆ、みそ、豆乳 | 牛乳 | 496 kcal |
| | | | ビスケット | 23.8 g |
| | | | 牛乳 | 14.2 g |
| 3 17 31 (水) | ご飯 さつまいものおみそ汁 鶏肉のねぎ塩焼き 春雨の炒め物 バナナ | 牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、さつまいも、切り干しだいこん、カットわかめ、みそ/鶏もも肉、ねぎ、おろししょうが、片栗粉、レモン果汁、食塩、みりん、鶏がらスープの素/ごま油、はるさめ、にんじん、もやし、ピーマン、砂糖、しょうゆ/バナナ/牛乳/油、じゃがいも、チーズ、片栗粉、しょうゆ、食塩、みりん | 牛乳 | 468 kcal |
| | | | ウエハース | 19.4 g |
| | | | 牛乳 | 12.5 g |
| 4 18 (木) | ご飯 じゃがいものおみそ汁 さばのカレー煮 ブロッコリーの甘酢あえ オレンジ | 牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、じゃがいも、もやし、カットわかめ、みそ/かつおだし汁、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、さば、片栗粉、カレー粉/ブロッコリー、きゅうり、コーン(冷凍)、砂糖、食塩、酢/オレンジ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、ココア(ビュアココア)、砂糖、牛乳、油 | 牛乳 | 503 kcal |
| | | | おせんべい | 21.6 g |
| | | | 牛乳 | 17.9 g |
| 5 19 (金) | ご飯 豆腐のおみそ汁 肉かぼちゃ はくさいのおかか和え 煮りんご | 牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ/油、たまねぎ、豚肉(もも)、かぼちゃ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)/はくさい、にんじん、きゅうり、かつお節、しょうゆ/りんご/牛乳/米、こんぶ(だし用)、油、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、食塩、しょうゆ、カレー粉 | 牛乳 | 493 kcal |
| | | | ビスケット | 18.2 g |
| | | | 牛乳 | 13.1 g |
| 6 20 (土) | ひじきの混ぜご飯 チンゲンサイのすまし汁 さわらのみそ照り焼き 蒸し野菜のサラダ みかん | 牛乳/カルテツウエハース/米、こんぶ(だし用)、ひじき、油揚げ、にんじん、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、カットわかめ、食塩、しょうゆ/さわら、おろししょうが、砂糖、みそ、みりん/じゃがいも、キャベツ、コーン(冷凍)、砂糖、食塩、油、レモン果汁/みかん/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、ヨーグルト(無糖)、いちごジャム、無塩バター | 牛乳 | 491 kcal |
| | | | ウエハース | 20.3 g |
| | | | 牛乳 | 16.4 g |
| 8 22 (月) | ご飯 キャベツのおみそ汁 かれいの磯辺焼き 塩きんぴら グレープフルーツ | 牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、キャベツ、もやし、ねぎ、みそ/かれい、しょうゆ、みりん、米粉、片栗粉、あおのり、水、油/油、しらす干し、切り干しだいこん、にんじん、こまつな、食塩、水、ごま油、ごま/グレープフルーツ/牛乳/かんでん(粉)、コーンスターチ、ココア(ビュアココア)、砂糖、豆乳/お子様せんべい | 牛乳 | 452 kcal |
| | | | クラッカー | 22.7 g |
| | | | 牛乳 | 12.7 g |
| 9 23 (火) | ご飯 クリームシチュー 鶏肉のマーマレード焼き うまっこりー 煮りんご  | 牛乳/ビスケット/米/たまねぎ、さつまいも、はくさい、水、鶏がらスープの素、豆乳、米粉、食塩/鶏もも肉、マーマレード、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ/ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、しょうゆ、ノンエッグマヨネーズ、すりごま、かつお節/りんご/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、無塩バター、レモン果汁、砂糖、いちご | 牛乳 | 501 kcal |
| | | | ビスケット | 22.4 g |
| | | | 牛乳 | 16.4 g |
| 10 24 (水) | ご飯 たまねぎのおみそ汁 さけのみりん焼き 筑前煮 みかん | 牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、みそ/さけ、食塩、しょうゆ、みりん/油、鶏もも肉、だいこん、ごぼう、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)/みかん/牛乳/小麦粉、砂糖、油、食塩 | 牛乳 | 506 kcal |
| | | | ウエハース | 21.7 g |
| | | | 牛乳 | 16.0 g |
| 11 25 (木) | 豚丼 さといものすまし汁 ほうれん草の酢みそ和え オレンジ | 牛乳/お子様せんべい/米、油、たまねぎ、豚肉(もも)、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、グリーンピース(冷凍)/かつお・昆布だし汁、さといも、カットわかめ、食塩、しょうゆ/ほうれんそう、もやし、にんじん、みそ、ごま、砂糖、酢/オレンジ/牛乳/ごま油、木綿豆腐、ひじき、コーン(冷凍)、小麦粉、片栗粉、鶏がらスープの素、しょうゆ | 牛乳 | 468 kcal |
| | | | おせんべい | 23.0 g |
| | | | 牛乳 | 14.9 g |
| 12 26 (金) | ご飯 かぼちゃのおみそ汁 かれいのコーンフレーク焼き ケチャップソテー オレンジ | 牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、えのきたけ、みそ/かれい、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ、コーンフレーク/油、豚ひき肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、コーン(冷凍)、ケチャップ、鶏がらスープの素/オレンジ/牛乳/油、りんご、砂糖、無塩バター、ぎょうざの皮 | 牛乳 | 466 kcal |
| | | | ビスケット | 20.1 g |
| | | | 牛乳 | 14.1 g |
| 13 27 (土) | チキンカレー かぶのおみそ汁 ブロッコリーの塩ナムル バナナ | 牛乳/カルテツウエハース/米、油、たまねぎ、鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、ピーマン、かつおだし汁、ホールトマト缶詰、りんご、カレー粉、食塩、中濃ソース、米粉、水/かつおだし汁、かぶ、かぶ・葉、しめじ、みそ/ブロッコリー、コーン(冷凍)、ごま、ごま油、食塩/バナナ/牛乳/食パン、しらす干し、ノンエッグマヨネーズ、あおのり | 牛乳 | 468 kcal |
| | | | ウエハース | 18.6 g |
| | | | 牛乳 | 12.6 g |
| | | | | じゃこトースト |

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎完了期は未食の食材は給食で提供しません。

食品確認票と献立表の材料名内の太字を参考にご家庭で2回以上喫食しましたらお知らせ下さい。

◎しらす干しは、えびやかに類が混ざる漁法で漁獲されたものを使用する場合がございます。



| | |
|----------|--|
| 12月平均栄養量 | |
| 482 kcal | |
| 21.1 g | |
| 14.7 g | |