



2025年度12月 献立予定表（完了食）



ニチキッズこくふ

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 ボークチャップ さといものサラダ バナナ 	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／バナナ／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 おせんべい 牛乳 マーラーカオ	497 21.4 16.3	kcal g 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 オレンジ	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／オレンジ／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 ビスケット 牛乳 豆乳ちゃんぽんうどん	491 24.1 14.2	kcal g 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／カルデツウエハース／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 ウエハース 牛乳 チーズいももち	468 19.4 12.5	kcal g 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 おせんべい 牛乳 ブアマンケーキ	503 21.6 17.9	kcal g g
5 (金)	ゆきだるまカレー 豆腐のおみそ汁 はくさいのおかか和え バナナ	牛乳／ビスケット／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、のり／かつおだし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ／はくさい、にんじん、きゅうり、かつお節、しょうゆ／バナナ／牛乳／油、じゃがいも、片栗粉、小麦粉、食塩、ケチャップ	牛乳 ビスケット 牛乳 フライドポテト	493 18.2 13.1	kcal g g
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 バナナ	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／バナナ／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 ビスケット 牛乳 カレーピラフ	509 18.6 13.1	kcal g g
6 20 (土)	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 バナナ	牛乳／カルデツウエハース／米／かつお・昆布だし汁、にんじん、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／バナナ／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 ウエハース 牛乳 ソフトビスケット	498 19.9 15.9	kcal g g
8 22 (月)	ご飯 キャベツのおみそ汁 かれの磯辺焼き 塩きんぴら バナナ	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／バナナ／牛乳／オレンジ濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)／お子様せんべい	牛乳 クラッカー 牛乳 オレンジゼリー・おせんべい	439 20.4 11.2	kcal g g
9 23 (火)	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／ビスケット／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／米、チーズ、かつお節、しょうゆ	牛乳 ビスケット 牛乳 チーズおかかおにぎり	492 22.0 13.9	kcal g 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／カルデツウエハース／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 ウエハース 牛乳 ちんすこう	506 21.7 16.0	kcal g g
11 (木)	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 バナナ	牛乳／おせんべい／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／バナナ／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 おせんべい 牛乳 マドレーヌ	468 23.0 14.9	kcal g g
25 (木)	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 バナナ 	牛乳／おせんべい／米／たまねぎ、さつまいも、コーン、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／バナナ／牛乳／ホットケーキ粉、牛乳、いちごジャム、いちご、生クリーム、ココア(ビュアココア)、砂糖	牛乳 おせんべい 牛乳 クリスマスパンケーキ	555 23.6 13.5	kcal g g
12 26 (金)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 かれ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／無塩バター、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	牛乳 ビスケット 牛乳 ココアスコーン	468 18.6 12.6	kcal g 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／カルデツウエハース／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 ウエハース 牛乳 じゃこトースト	468 18.6 12.6	kcal g g

◎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	
489	kcal
21.0	g
14.3	g