



12月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかりと食べて登園しましょう。

令和7年11月27日
(○は午後おやつ)

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	月	ご飯 鮭の梅焼き 五目豆 大根と人参の味噌汁、みかん	牛乳 ★チーズ蒸しパン	米、○ホットケーキ粉、板こんにゃく、○砂糖、○油、砂糖	○牛乳、さけ、大豆水煮缶、○卵、○クリームチーズ、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○脱脂粉乳	みかん、だいこん皮むき、にんじん皮むき、万能ねぎ、ねぎ、うめ干し	みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節
2	火	ご飯、岩のり すき焼き風煮 切干大根の酢の物 えのきの味噌汁、バナナ	牛乳 マシュマロサンド	米、しらたき、砂糖、焼ふ(板ふ)	○牛乳、焼き豆腐、牛肉(肩ロース)、かつお味付けフレーク缶、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	はくさい、バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、のり佃煮、生わかめ、葉ねぎ、切り干しだいこん、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、酢、かつおだし・鰹節
3	水	ご飯 マーボー豆腐 ほうれん草のナムル わかめスープ、りんご	牛乳 ココアちんすこう	米、○小麦粉、○油、○砂糖、ごま、砂糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	ほうれんそう、根切りもやし、りんご、にんじん皮むき、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、葉ねぎ、えのきたけ、生わかめ、コーン缶、しょうが	しょうゆ、鶏がらだしの素、食塩
4	木	ご飯 国産鶏のレモン焼き ★ブロッコリーのごまマヨ和え かぶの味噌汁、オレンジ	牛乳 チーズラスク	米、○フランスパン、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、マヨネーズ、砂糖、すりごま	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ、○粉チーズ	オレンジ、ブロッコリー、たまねぎ、かぶ・根・皮むき、カリフラワー、コーン缶、レモン果汁、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、鶏がらだしの素、食塩、○パセリ粉
5	金	ご飯 さわらの西京焼き さつま芋の天ぷら 麩のすまし汁、バナナ	ヨーグルト	米、さつまいも(皮付)、天ぷら用バター、油、砂糖、焼ふ	○ソファール元気ヨーグルト、さわら、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、ちくわ	バナナ、たまねぎ、えのきたけ、葉ねぎ	みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、かつおだし・鰹節、食塩
6	土	チキンライス じゃがいものスープ バナナ	せんべい	米、じゃがいも	鶏むね肉(皮付)、ベーコン	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、しめじ、コーン缶、グリンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩
8	月	ご飯 ★たらのマヨパン粉焼き キャベツとウインナーのソテー 豆スープ、りんご	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、じゃがいも、○バター、マヨネーズ、パン粉、油	○牛乳、たら、大豆水煮缶、ウインナーソーセージ、○卵	りんご、キャベツ、にんじん皮むき、根切りもやし、○マーマレード、たまねぎ、コーン缶	鶏がらだし・粉末、しょうゆ、粒入りマスタード、食塩
9	火	ご飯 国産豚肉とキャベツの塩炒め 春雨サラダ 玉ねぎとコーンのスープ、バナナ	牛乳 黒ごまクッキー	米、○小麦粉、○砂糖、はるさめ(緑豆)、○バター、○片栗粉、○黒ごま、砂糖、ごま、ごま油	○牛乳、豚肉(もも)、生揚げ、ハム	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん皮むき、きゅうり、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ	酢、鶏がらだし・粉末、しょうゆ(うすくち)、酒、鶏がらだしの素、食塩
10	水	ご飯 国産鶏のスタミナ焼き ほうれん草のごま和え しめじの味噌汁、みかん	牛乳 ★バナナブレッド	米、○ホットケーキ粉、砂糖、○マーガリン、すりごま、ごま油、ごま	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、○卵、○ヨーグルト(無糖)、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	みかん、根切りもやし、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん皮むき、○バナナ、万能ねぎ、しめじ、葉ねぎ、にんにく、しょうが	しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、かつおだし・鰹節
11	木	ご飯 さばのごま味噌焼き 和風マカロニサラダ ★はんぺんのすまし汁、りんご	ヨーグルト	米、マカロニ、砂糖、ごま、ごま油	○ソファール元気ヨーグルト、さば、はんぺん、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	りんご、にんじん皮むき、きゅうり、コーン缶、えのきたけ、生わかめ、万能ねぎ、しょうが	みりん、しょうゆ(うすくち)、酢、酒、かつおだし・鰹節、食塩
12	金	カレーライス オレンジ	野菜ジュース かぼちゃポーロ	米、じゃがいも	牛肉(肩ロース)	オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、しめじ、グリンピース(水煮缶詰)	カレールウ
13	土	豚丼 玉ねぎの味噌汁 バナナ	ラムネ	米、しらたき、砂糖	豚肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん
15	月	クリスマスチャーハン キラキラスープ オレンジ	牛乳 ツリーケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、○油、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、○調製豆乳、ウインナーソーセージ	オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、チンゲンサイ、○ほうれんそう、ピーマン、えのきたけ	中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
16	火	ご飯 国産牛肉と青梗菜の味噌炒め ブロッコリーのおかか和え 豆腐のすまし汁、りんご	牛乳 ★オニオンブレッド	米、○ホットケーキ粉、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、油、砂糖	○牛乳、牛肉(肩ロース)、木綿豆腐、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、○ハム、ちくわ、○とろけるチーズ、かつお節	りんご、チンゲンサイ、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん皮むき、○たまねぎ、万能ねぎ	酒、しょうゆ(うすくち)、みりん、しょうゆ、かつおだし・鰹節、食塩、○パセリ粉
17	水	ご飯 カレー肉じゃが ちくわの磯辺揚げ わかめの味噌汁、みかん	牛乳 ★きな粉ホットケーキ	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○メープルシロップ、天ぷら用バター、しらたき、油、○無塩バター、片栗粉、砂糖、○砂糖	○牛乳、牛肉(肩ロース)、木綿豆腐、ちくわ、生揚げ、大豆水煮缶、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、○きな粉	みかん、たまねぎ、にんじん皮むき、生わかめ、えのきたけ、グリンピース(水煮缶詰)、あおのり	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、かつおだし・鰹節、食塩、カレー粉
18	木	ご飯 鮭のマスタード焼き 豆サラダ 白菜スープ、バナナ	牛乳 ツナマヨサンド	米、○サンドイッチパン、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、砂糖	○牛乳、さけ、大豆水煮缶、○ツナ油漬缶(きはだ)、ベーコン	バナナ、にんじん皮むき、はくさい、たまねぎ、しめじ、きゅうり、葉ねぎ、コーン缶	粒入りマスタード、しょうゆ、鶏がらだし・粉末、しょうゆ(うすくち)、食塩
19	金	パン タンドリーチキン ★コールスローサラダ ベーコンのスープ、オレンジ	フルーツヨーグルト	ロールパン、クロワッサン、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、食パン	○ソファール元気ヨーグルト、鶏もも肉(皮付)、ヨーグルト(無糖)、ベーコン	キャベツ、オレンジ、○バナナ、にんじん皮むき、○みかん缶、たまねぎ、しめじ、コーン缶	ケチャップ、ウスターソース、鶏がらだし・粉末、酢、しょうゆ(うすくち)、食塩、カレー粉
20	土	牛丼 厚揚げの味噌汁 バナナ	きな粉せんべい	米、しらたき、砂糖	牛肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、○きな粉	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)
22	月	ゆかりごはん ぶりの照り焼き おからサラダ なめこの味噌汁、みかん	牛乳 ミルク蒸しパン	米、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、○油、砂糖	○牛乳、ぶり、おから、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○脱脂粉乳	みかん、にんじん皮むき、なめこ、たまねぎ、きゅうり、万能ねぎ	しょうゆ、酢、みりん、酒、かつおだし・鰹節、食塩
23	火	ご飯 やみつきちキン ★ハムサラダ 野菜スープ、バナナ	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、ハム	バナナ、キャベツ、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、○いちごジャム、しめじ、にんにく	ケチャップ、みりん、しょうゆ、鶏がらだしの素、食塩
24	水	ご飯 さわらのねぎソース 白菜の塩昆布和え 大根の味噌汁、オレンジ	マカロニナポリタン	米、○マカロニ、ごま、ごま油、片栗粉	さわら、木綿豆腐、ちくわ、○ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、かつお節	はくさい、オレンジ、だいこん皮むき、○にんじん皮むき、○たまねぎ、葉ねぎ、きゅうり、○ピーマン、○しめじ、○コーン缶、万能ねぎ、塩こんぶ、しょうが	○ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、酢、かつおだし・鰹節
25	木	びびんバ莽 粉ふき芋 ★中華風コーンスープ りんご	牛乳 米棒	米、じゃがいも、○玄米、○水あめ、○砂糖、ごま油、○油、砂糖、ごま	○牛乳、牛肉(もも)、卵	りんご、ほうれんそう、大豆もやし、にんじん皮むき、たまねぎ、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ、にんにく、あおのり	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、○しょうゆ、酒、食塩
26	金	ハヤシライス キャンディーチーズ オレンジ	牛乳 クラッカー	米	○牛乳、牛肉(肩ロース)、チーズ	たまねぎ、オレンジ、にんじん皮むき、かぼちゃ、しめじ、コーン缶、グリンピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ
27	土	鮭チャーハン 豆腐のスープ バナナ	せんべい	米、油	鮭フレーク、木綿豆腐、豚ひき肉	バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、ピーマン、葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉末、食塩

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。
※アレルギー対応について
昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。
卵を使った料理には★印をつけています。
離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

12月19日は
ひまわり組、こすもす組、なのはな組、むぎ組は
パンバイキングになります。