

2025年 12月 献立表

日付 (曜日)	献立名	材料名				15時おやつ	日付 (曜日)	献立名	材料名				15時おやつ				
		熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える					熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える						
1 (月)	ご飯	米	70			おかし ホームパイ 乳× 小魚家族に変更	15 (月)	ご飯	米	70			麩のラスク 麩、上白糖、バター 乳× コーンフレークおこし(バターなし) に変更				
	チンジャオロース		豚肉	45	玉ねぎ			30	厚揚げ	35	玉ねぎ	30					
					人参			15	豚挽肉	35	人参	10					
					ピーマン			10			グリーンピース	5					
					赤ピーマン			6			焼きちくわ	10					
	春雨のマヨネーズ和え	春雨	6			たけのこ水煮	7			いんげん	25	人参	10				
	マヨネーズ	6								(卵・乳不使用)							
	キャベツのスープ							さつまいもの味噌汁	さつまいも	15		玉ねぎ	10				
	コーン											青ねぎ	2				
	グレープフルーツ					牛乳		グレープフルーツ						牛乳			
2 (火)	ご飯	米	70			スイートポテト さつまいも、牛乳 上白糖、バター 乳× さつまいもようかんに変更	16 (火)	ひじきの混ぜご飯	米	70	ひじき	1.5	人参	10	マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、上白糖		
	さわらのみそ焼き		さわら	60					カレイの煮つけ		マヨネーズ	7	白菜	40			
	ひじき煮		ひじき	2.7	人参			10			(卵・乳不使用)		人参	10			
	刻み揚げ		刻み揚げ	10	いんげん			5					胡瓜	10			
	豆腐		豆腐	22	玉ねぎ			10					小松菜	18			
						牛乳		グレープフルーツ				大根	12	牛乳			
												グレープフルーツ	30				
3 (水)	ご飯	米	70			セサミクッキー ホットケーキミックス、バター 牛乳、上白糖、すりごま 乳× コーンフレークおこし(バターなし) に変更 牛乳	17 (水)	ご飯	米	70					おかし アンパンマンソフトせんべい		
	金平風煮	じゃがいも	30	鶏肉	45			人参	10	鶏肉の照り焼き		鶏肉	80	キャベツ		40	
		板こんにゃく	10					ごぼう	10	キャベツのソテー	ウィンナー	7	ほうれん草	10			
								グリーンピース	5		(卵・乳不使用)		人参	10			
		小松菜の和え物						小松菜	25					もやし		15	
	キャベツ				キャベツ	25					グレープフルーツ	30	牛乳				
	人参				人参	10											
	わかめの味噌汁			わかめ	0.4	白菜	10	もやしのスープ		わかめ	0.2	もやし	15				
	オレンジ					オレンジ	30	グレープフルーツ									
4 (木)	わかめご飯	米	40	わかめ	0.3	きな粉トースト 麦パン(卵不使用)、きな粉 グラニュー糖、バター 乳× マカロニきな粉に変更	18 (木)	ご飯	米	70					フルーツヨーグルト ヨーグルト、上白糖 ストロベリーソース、みかん糖 乳× ゼリーに変更 麦茶		
	五目うどん	うどん	120	鶏肉	35			玉ねぎ	10	ボークビーイズ	じゃがいも	20	豚肉	40		玉ねぎ	20
					人参			10			大豆	15	人参	10			
					干しいたけ			0.5	マカロニサラダ	マカロニ	6	マヨネーズ	7	コーン		6	
		高野豆腐の煮物		高野豆腐	7			小松菜	10		(卵・乳不使用)			胡瓜		10	
	バナナ					いんげん	5	大根のスープ				大根	18				
						バナナ	40	バナナ				ほうれん草	10	麦茶			
						牛乳											
5 (金)	ご飯	米	70			おかし 雪の宿 乳× 小魚家族に変更	19 (金)	ご飯	米	70					おかし 前田クラッカー 乳× アンパンマンビーゼンべいに変更		
	豚肉の味噌炒め		豚肉	45	玉ねぎ			20	肉豆腐		豚肉	45	玉ねぎ	20			
					人参			10			豆腐	25	人参	10			
					キャベツ			15	もやしの和え物				白菜	20			
		胡瓜と大根の酢の物						胡瓜	30					もやし		40	
					大根	15					胡瓜	10					
	ほうれん草の味噌汁			ほうれん草	18	人参	10	わかめの味噌汁		わかめ	0.4	もやし	10				
	オレンジ			オレンジ	30			刻み揚げ		刻み揚げ	5	コーン	10	牛乳			
6 (土)	鶏ごほうピラフ	米	70	鶏肉	35	おかし 五穀ビスケット 乳× アンパンマンビーゼンべい に変更	20 (土)	あんかけ焼きそば	やきそば	120	豚肉	50	みかん	30	おかし ぼたぼた焼き 乳×		
					ごぼう			15	人参	10			人参	10			
					玉ねぎ			20	人参	10			キャベツ	20			
					人参			6	ごぼうサラダ	マヨネーズ	5	マヨネーズ	5	もやし		10	
		さつまいものサラダ	さつまいも	30	きゅうり			10	マヨネーズ	5	(卵・乳不使用)		キヌサヤ	5			
	マヨネーズ	6			いんげん	6					ごぼう	30					
	豆腐の味噌汁			豆腐	22	コーン	10	ほうれん草のスープ				胡瓜	10	牛乳			
				わかめ	0.2						豆腐	15	ほうれん草	18			
						牛乳											
8 (月)	ご飯	米	70			チーズパイ パイシート(卵不使用) 粉チーズ、グラニュー糖 乳× ゼリーに変更 牛乳	22 (月)	麻婆豆腐丼	米	70	豚挽肉	35	玉ねぎ	20	おかし 五穀ビスケット 乳× おこさませんべいに変更		
	鶏肉の甘辛炒め	じゃがいも	30	鶏肉	45			人参	10	豆腐	40	人参	10	干しいたけ		0.5	
					玉ねぎ			25	小松菜の和え物				小松菜	25			
					いんげん			5					キャベツ	10			
		オクラとコーンの和え物			オクラ			30	白菜のスープ	じゃがいも	13	白菜	15	人参		10	
	コーン			コーン	10	オレンジ				オレンジ	30	オレンジ	30	牛乳			
	大根の味噌汁			大根	18												
	ほうれん草			ほうれん草	8												
9 (火)	ご飯	米	70			おかし ぼたぼた焼き 牛乳	23 (火)	ケチャップライス	米	60	ウィンナー	8	人参	15	フルーツサンド 食パン(卵不使用)、ホイップ みかん缶、いちご 乳× 食パン・ゼリーに変更 ホイップ除去		
	麩のマヨコーン焼き	マヨネーズ	7	麩	60			コーン	7	玉ねぎ	15	玉ねぎ	15	グリーンピース		8	
	切干大根の煮物			切干大根	3.5			人参	10	ローストチキン		鶏肉	60	玉ねぎ		8	
				人参	10			干しいたけ	0.5	ブロッコリーの和え物				ブロッコリー		40	
		白菜のすまし汁			白菜			18	いんげん	5	ブロッコリーの和え物					にんじん	10
	小松菜			小松菜	10	キャベツ	25	わかめのスープ		わかめ	0.4	キャベツ	13	牛乳			
	オレンジ			オレンジ	30			ヤクルト		ヤクルト	65						
								乳×ジュースに変更									
10 (水)	ご飯	米	70			おかし ハッピーターン(減塩) 牛乳	24 (水)	ご飯	米	70					ちんすこう 薄力粉、上白糖、サラダ油		
	牛肉の野菜炒め	糸こんにゃく	10	牛肉	45			玉ねぎ	25	さわらのごまだれ焼き		さわら	60	人参		10	
					人参			10	白菜の和え物				焼きちくわ	10			
					ピーマン			10					(卵・乳不使用)	白菜		40	
		赤ピーマン	8	かつおぶし	0.5			ブロッコリー	40	大根の味噌汁				大根		15	
					人参	10	オレンジ				ほうれん草	10	牛乳				
	もやしのスープ			もやし	18												
	コーン			コーン	8												
	グレープフルーツ			グレープフルーツ	30												
11 (木)	ミートソーススパゲティ	スパゲティ	120	合挽(豚肉・牛肉)	40	さつまいもおにぎり 米、さつまいも 和風だし、白りごま 麦茶	25 (木)	みそラーメン	ラーメン	120	豚肉	35	玉ねぎ	10	コーンフレックおこし コーンフレック、マッシュポテト、バター 乳× 麩のラスク(バターなし)に変更		
					人参			20					人参	8			
					グリーンピース			8	さつまいもの甘煮	さつまいも	40	もやし	10				
		キャベツのツナ和え		ツナ	6			キャベツ	35	大根の和え物				大根		30	
					胡瓜			10	人参	10				人参		10	
	豆腐のスープ			豆腐	22							胡瓜	10	牛乳			
	バナナ			バナナ	40							バナナ	40				
12 (金)	豚丼	米	70	豚肉	43	いちごジャムサンド 食パン(卵不使用) いちごジャム 乳× マシュマロサンドに変更	26 (金)	ご飯	米	70					おかし ホームパイ 乳× おこさませんべいに変更		
		糸こんにゃく	10					玉ねぎ	30	豚肉のカレー炒め	じゃがいも	30	豚肉	45		玉ねぎ	20
					人参			15					人参	10		キャベツ	15
		ほうれん草のなめ煮和え			ほうれん草			40	いんげんの胡麻和え				焼きちくわ	10		いんげん	25
		マヨネーズ	7.6		人参			10	豆腐のすまし汁				(卵・乳不使用)	豆腐		22	玉ねぎ
	白菜の味噌汁	じゃがいも	13			なめ煮	18								牛乳		
	白菜					青ねぎ	2										
	グレープフルーツ					牛乳											
13 (土)	ご飯	米	70			おかし エースコイン 乳× おこさませんべいに変更 牛乳	27 (土)	そばろ丼	米	70	鶏挽肉	45	玉ねぎ	20	よいお年を お迎えください		
	豆腐とひじきのつくね			鶏挽肉	40			人参	15				人参	15			
				豆腐	40			人参	10				コーン	15			
				ひじき	1			大根	40				いんげん	10			
		大根のマヨサラダ	マヨネーズ	6				大根	40	ほうれん草のお浸し				ほうれん草		40	
		(卵・乳不使用)			コーン	10					人参	10					
	ほうれん草の味噌汁			刻み揚げ	5			じゃがいもの味噌汁	じゃがいも	20		玉ねぎ	10				
				ほうれん草	18												

☆乳児は10時におやつがあります。

☆食材の価格や入荷状況、行事などにより記載の量と差が生じたり、食材や献立変更になる場合があることをご了承ください。

☆材料 (食品名) の中には、調味料は記載しておりません。