



2025年 12月 給食献立表 乳児(3歳未満児)



日	曜日	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1 ・ 15	月	ご飯 豚肉とキャベツの味噌炒め 根菜ひじきサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	焼き芋 牛乳	豚もも肉・味噌・豆腐 牛乳・煮干し	米・油・砂糖・ごま マヨネーズ・さつま芋	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン 生姜・にんにく・ひじき・ごぼう れんこん・コーン・わかめ・オレンジ
2 ・ 16	火	プラスご飯 鶏のチーズパン粉焼き きゅうりとわかめの酢の物 油揚げの味噌汁	ミートマカロニ 牛乳	鶏もも肉・チーズ・油揚げ 味噌・牛乳・豚ひき肉 煮干し	米・強化米・パン粉・油 砂糖・マカロニ・小麦粉	大根・きゅうり・人参・わかめ なめこ・パセリ・玉ねぎ・トマト缶 ケチャップ・小松菜・にんにく
3 ・ 17	水	カラフルピラフ ブロッコリーのオーロラ和え クリームシチュー バナナ	りんごゼリー 牛乳	豚ひき肉・鶏もも肉 牛乳	米・バター・油・砂糖 マヨネーズ・じゃが芋 小麦粉	玉ねぎ・グリーンピース・コーン ブロッコリー・ケチャップ・バナナ クリームコーン缶・りんごジュース アガー・パセリ・人参
4 ・ 18	木	ご飯 さばの梅焼き キャベツの彩り炒め 味噌けんちん汁	黒糖蒸しパン 飲むヨーグルト	さば・豆腐・味噌・卵 ヨーグルト・牛乳 煮干し	米・油・砂糖・小麦粉 バター・黒砂糖	梅干し・長ねぎ・キャベツ コーン・にんにく・大根・人参 ごぼう・パプリカ
5	金	ご飯 豚肉のオニオンソース ポテトサラダ 冬野菜の味噌汁	かやくおにぎり 牛乳	豚もも肉・生揚げ・味噌 牛乳・鶏もも肉・油揚げ 煮干し・かつお節	米・小麦粉・砂糖・油 じゃが芋・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・きゅうり・白菜 長ねぎ・切干大根・大根
6 ・ 20	土	焼き飯 野菜サラダ 切干大根の味噌汁	ホットケーキ 牛乳	鶏ひき肉・味噌・牛乳 煮干し	米・油・砂糖・ごま油 小麦粉・バター	玉ねぎ・人参・小松菜・キャベツ きゅうり・コーン・切干大根 わかめ・いちごジャム・しめじ
8	月	ご飯 鶏と大根の煮物 白和え かぼちゃの味噌汁	シュガークッキー 牛乳	鶏もも肉・豆腐・味噌 牛乳・かつお節・煮干し	米・油・ごま・砂糖 しらたき・グラニュー糖 バター・小麦粉	人参・大根・生姜・ほうれん草 かぼちゃ・わかめ・玉ねぎ
9	火	ご飯 れんこんバーグ 刻み昆布の煮物 さつま芋の味噌汁 バナナ	餃子ピザ 牛乳	豚ひき肉・豆腐・卵 豆乳・高野豆腐・味噌 牛乳・チーズ・煮干し	米・パン粉・油・砂糖 さつま芋・餃子の皮 ごま	れんこん・玉ねぎ・人参・生姜 刻み昆布・ほうれん草・長ねぎ ケチャップ・ピーマン・バナナ コーン
10	水	食パン 鶏のコーンフレーク焼き 人参サラダ 豆乳スープ	里芋のおにぎり 鶏レバーの甘辛煮 牛乳	鶏もも肉・豆乳・牛乳 レバー	食パン・油・マヨネーズ コーンフレーク・砂糖 里芋・ごま・米	ケチャップ・人参・きゅうり 白菜・チンゲン菜・しめじ にんにく・生姜・レーズン
11	木	プラスご飯 鮭のちゃんちゃん焼き(北海道) 切干大根の煮物 ほうれん草のすまし汁	キャラメルりんご トースト 牛乳	鮭・味噌・油揚げ・牛乳 かつお節	米・強化米・砂糖・油 食パン・バター・麴	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし 切干大根・ほうれん草・りんご
12 ・ 26	金	ポークカレーライス シルバーサラダ チキンスープ グレープフルーツ	バナナヨーグルト 麦茶	豚もも肉・ヨーグルト 鶏もも肉・味噌	米・じゃが芋・油 砂糖・春雨・マヨネーズ ごま・小麦粉	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ 白菜・グレープフルーツ・バナナ りんご・トマト缶・ケチャップ きゅうり・キャベツ・白菜 ほうれん草・しいたけ・パセリ
13 ・ 27	土	ツナトマトスパゲティ ピーマンとじゃが芋のソテー もやしのスープ	そばろとおかかの おにぎり 牛乳	ツナ・牛乳・鶏ひき肉 かつお節	スパゲティ・油・砂糖 じゃが芋・ごま・米	玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ ピーマン・人参・もやし・長ねぎ キャベツ・パセリ
22	月	冬至うどん 竹輪の磯辺揚げ きな粉ご飯団子	餃子ピザ 牛乳	豚もも肉・油揚げ・味噌 竹輪・きな粉・牛乳 チーズ・煮干し	うどん・油・小麦粉・米 砂糖・餃子の皮	かぼちゃ・大根・ごぼう・人参 長ねぎ・青のり・ケチャップ ピーマン・コーン・玉ねぎ
23	火	キャロットライス ローストチキン リースサラダ かぶのスープ いちご	ココアケーキ 牛乳	鶏もも肉・牛乳	米・バター・砂糖・油 じゃが芋・マヨネーズ 小麦粉	人参・玉ねぎ・生姜・にんにく きゅうり・かぶ・かぶの葉・小松菜 いちご・パセリ・コーン
24	水	ご飯 鶏のコーンフレーク焼き 人参サラダ 白菜の味噌汁	里芋のおにぎり 鶏レバーの甘辛煮 牛乳	鶏もも肉・味噌・牛乳 レバー・煮干し	米・マヨネーズ・油 コーンフレーク・里芋 ごま・砂糖	ケチャップ・人参・きゅうり・白菜 レーズン・チンゲン菜・しめじ
25	木	プラスご飯 鮭の胡麻味噌焼き 切干大根の煮物 麴のすまし汁	キャラメルりんご トースト 牛乳	鮭・味噌・油揚げ・牛乳 かつお節	米・強化米・砂糖・ごま 油・麴・食パン・バター	切干大根・人参・ほうれん草 りんご・玉ねぎ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
487Kcal	19.4g	16.6g	234mg	1.9mg	372μg	0.40mg	0.41mg	22mg	1.4g



2025年 12月 給食献立表 幼児(3歳以上児)



日	曜日	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1 ・ 15	月	ご飯 豚肉とキャベツの味噌炒め 根菜ひじきサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	焼き芋 牛乳	豚もも肉・味噌・豆腐 牛乳・煮干し	米・油・砂糖・ごま マヨネーズ・さつま芋	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン 生姜・にんにく・ひじき・ごぼう れんこん・コーン・わかめ・オレンジ
2 ・ 16	火	プラスご飯 鶏のチーズパン粉焼き きゅうりとわかめの酢の物 油揚げの味噌汁	ミートマカロニ 牛乳	鶏もも肉・チーズ・油揚げ 味噌・牛乳・豚ひき肉 煮干し	米・強化米・パン粉・油 砂糖・マカロニ・小麦粉	大根・きゅうり・人参・わかめ なめこ・パセリ・玉ねぎ・トマト缶 ケチャップ・小松菜・にんにく
3 ・ 17	水	カラフルピラフ ブロッコリーのオーロラ和え クリームシチュー バナナ	りんごゼリー 牛乳	豚ひき肉・鶏もも肉 牛乳	米・バター・油・砂糖 マヨネーズ・じゃが芋 小麦粉	玉ねぎ・グリーンピース・コーン ブロッコリー・ケチャップ・バナナ クリームコーン缶・りんごジュース アガー・パセリ・人参
4 ・ 18	木	ご飯 さばの梅焼き キャベツの彩り炒め 味噌けんちん汁	黒糖蒸しパン 飲むヨーグルト	さば・豆腐・味噌・卵 ヨーグルト・牛乳 煮干し	米・油・砂糖・小麦粉 バター・黒砂糖	梅干し・長ねぎ・キャベツ コーン・にんにく・大根・人参 ごぼう・パプリカ
5	金	ご飯 豚肉のオニオンソース ポテトサラダ 冬野菜の味噌汁	かやくおにぎり 牛乳	豚もも肉・生揚げ・味噌 牛乳・鶏もも肉・油揚げ 煮干し・かつお節	米・小麦粉・砂糖・油 じゃが芋・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・きゅうり・白菜 長ねぎ・切干大根・大根
6 ・ 20	土	焼き飯 野菜サラダ 切干大根の味噌汁	ホットケーキ 牛乳	鶏ひき肉・味噌・牛乳 煮干し	米・油・砂糖・ごま油 小麦粉・バター	玉ねぎ・人参・小松菜・キャベツ きゅうり・コーン・切干大根 わかめ・いちごジャム・しめじ
8	月	ご飯 鶏と大根の煮物 白和え かぼちゃの味噌汁	シュガークッキー 牛乳	鶏もも肉・豆腐・味噌 牛乳・かつお節・煮干し	米・油・ごま・砂糖 しらたき・グラニュー糖 バター・小麦粉	人参・大根・生姜・ほうれん草 かぼちゃ・わかめ・玉ねぎ
9	火	ご飯 れんこんバーグ 刻み昆布の煮物 さつま芋の味噌汁 バナナ	餃子ピザ 牛乳	豚ひき肉・豆腐・卵 豆乳・高野豆腐・味噌 牛乳・チーズ・煮干し	米・パン粉・油・砂糖 さつま芋・餃子の皮 ごま	れんこん・玉ねぎ・人参・生姜 刻み昆布・ほうれん草・長ねぎ ケチャップ・ピーマン・バナナ コーン
10	水	食パン 鶏のコーンフレーク焼き 人参サラダ 豆乳スープ	里芋のおにぎり 鶏レバーの甘辛煮 牛乳	鶏もも肉・豆乳・牛乳 レバー	食パン・油・マヨネーズ コーンフレーク・砂糖 里芋・ごま・米	ケチャップ・人参・きゅうり 白菜・チンゲン菜・しめじ にんにく・生姜・レーズン
11	木	プラスご飯 鮭のちゃんちゃん焼き(北海道) 切干大根の煮物 ほうれん草のすまし汁	キャラメルりんご トースト 牛乳	鮭・味噌・油揚げ・牛乳 かつお節	米・強化米・砂糖・油 食パン・バター・麴	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし 切干大根・ほうれん草・りんご
12 ・ 26	金	ポークカレーライス シルバーサラダ チキンスープ グレープフルーツ	バナナヨーグルト 麦茶	豚もも肉・ヨーグルト 鶏もも肉・味噌	米・じゃが芋・油 砂糖・春雨・マヨネーズ ごま・小麦粉	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ 白菜・グレープフルーツ・バナナ りんご・トマト缶・ケチャップ きゅうり・キャベツ・白菜 ほうれん草・しいたけ・パセリ
13 ・ 27	土	ツナトマトスパゲティ ピーマンとじゃが芋のソテー もやしのスープ	そばろとおかかの おにぎり 牛乳	ツナ・牛乳・鶏ひき肉 かつお節	スパゲティ・油・砂糖 じゃが芋・ごま・米	玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ ピーマン・人参・もやし・長ねぎ キャベツ・パセリ
22	月	冬至うどん 竹輪の磯辺揚げ きな粉ご飯団子	餃子ピザ 牛乳	豚もも肉・油揚げ・味噌 竹輪・きな粉・牛乳 チーズ・煮干し	うどん・油・小麦粉・米 砂糖・餃子の皮	かぼちゃ・大根・ごぼう・人参 長ねぎ・青のり・ケチャップ ピーマン・コーン・玉ねぎ
23	火	キャロットライス ローストチキン リースサラダ かぶのスープ いちご	ココアケーキ 牛乳	鶏もも肉・牛乳	米・バター・砂糖・油 じゃが芋・マヨネーズ 小麦粉	人参・玉ねぎ・生姜・にんにく きゅうり・かぶ・かぶの葉・小松菜 いちご・パセリ・コーン
24	水	ご飯 鶏のコーンフレーク焼き 人参サラダ 白菜の味噌汁	里芋のおにぎり 鶏レバーの甘辛煮 牛乳	鶏もも肉・味噌・牛乳 レバー・煮干し	米・マヨネーズ・油 コーンフレーク・里芋 ごま・砂糖	ケチャップ・人参・きゅうり・白菜 レーズン・チンゲン菜・しめじ
25	木	プラスご飯 鮭の胡麻味噌焼き 切干大根の煮物 麴のすまし汁	キャラメルりんご トースト 牛乳	鮭・味噌・油揚げ・牛乳 かつお節	米・強化米・砂糖・ごま 油・麴・食パン・バター	切干大根・人参・ほうれん草 りんご・玉ねぎ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	タンパク質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
541Kcal	21.4g	17.4g	199mg	2.4mg	436μg	0.46mg	0.39mg	28mg	1.6g