



令和7年度 12月献立表



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	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	10時おやつ
1	月	親子丼 ほうれん草のごま和え オレンジ	牛乳 ★焼きそば パン	味ロールパン、カットス バゲティー、砂糖、油、 ごま	牛乳、卵、鶏肉、豚ひき 肉、かまぼこ	オレンジ、たまねぎ、ほう れんそう、もやし、に んじん、キャベツ、こまつ な、しいたけ	牛乳 リッツ
2	火	豆腐の小判揚げ きゅうりの甘酢和え みそ汁	★フルーツ ゼリー	油、片栗粉、砂糖、ご ま、ごま油	豆腐、豚ひき肉、みそ、 ひじき、カットわかめ	きゅうり、にんじん、か ぼちゃ、たまねぎ、えの きだけ、ねぎ、もも缶	牛乳 ミニポーロ
3	水	炒り鳥 そうめん汁 ふりかけ バナナ	牛乳 ★スウィート ポテト	さつまいも、さといも、 糸こんにゃく、砂糖、干 しそうめん、バター、油	牛乳、卵、鶏肉、かまぼ こ	バナナ、にんじん、だい こん、れんこん、たまね ぎ、しめじ、こぼう、ね ぎ、しいたけ、いんげん	牛乳 マンナ ビスケット
4	木	さばのみそ煮 れんこんのサラダ 小松菜と豆腐のかき玉汁	牛乳 マリー ビスケット	マヨネーズ、砂糖、ご ま、片栗粉	牛乳、さば、卵、豆腐、 ハム、みそ、カットわか め	れんこん、きゅうり、た まねぎ、にんじん、こまつ な、えのきだけ、しょう が	牛乳 もも缶
5	金	豚肉と納豆の旨煮 きゅうりとわかめの酢物 みそ汁	牛乳 おとっと	砂糖、ごま	牛乳、納豆、豚肉、み そ、カットわかめ	たまねぎ、にんじん、 きゅうり、じゃがいも、 キャベツ、ねぎ、えのき だけ	ヨーグルト
6	土	肉みそ わかめ汁 のり佃煮	サッポロ ポテト (バーベ キュー味)	しらたき、砂糖、油、ふ か	鶏ひき肉、みそ、茹で大 豆、カットわかめ	にんじん、のり佃煮、た まねぎ、えのきだけ、こ ぼう、いんげん、ねぎ	お茶 豆乳 クッキー
8	月	麻婆豆腐 大根のごま酢和え みかん	牛乳 ★ホット ケーキ	ホットケーキ粉、砂糖、 片栗粉、メーブルシロップ 、マーガリン、ごま 油、ごま	牛乳、豆腐、豚ひき肉、 卵、赤みそ、みそ	みかん、たまねぎ、だい こん、きゅうり、にんじ ん、コーン、ねぎ	牛乳 白い風船
9	火	赤魚の煮つけ ビーフンサラダ みそ汁	牛乳 ★エッグ サンド	サンドイッチパン、じゃ がいも、マヨネーズ、 ビーフン、砂糖	牛乳、赤魚、卵、みそ、 ハム、カットわかめ	きゅうり、たまねぎ、に んじん、しめじ、ねぎ、 しょうが	牛乳 チーズ
10	水	チキンポッキーの甘煮 もやしとハムの酢のもの すまし汁	★さつまいも おにぎり	米、さつまいも、砂糖、 ごま、ごま油	チキンポッキー、豆腐、 ハム、しらす干し、カッ トわかめ	きゅうり、もやし、たま ねぎ、にんじん、えのき だけ、ねぎ、しょうが	牛乳 バーム クーヘン
11	木	ジャコビーオムレツ ブロッコリーのおかか和え コンソメスープ	牛乳 とんがり コーン	油、片栗粉、砂糖	牛乳、卵、ベーコン、し らす干し、かつお節	ブロッコリー、たまね ぎ、にんじん、ピーマン	牛乳 バナナ
12	金	鶏レバーの生姜煮 キャベツの和風サラダ みそ汁 チーズ	牛乳 ハッピー ターン	マヨネーズ、砂糖、ごま	牛乳、鶏レバー、チー ズ、みそ、ハム、カッ トわかめ	キャベツ、たまねぎ、か ぼちゃ、にんじん、えの きだけ、ねぎ、しょうが	牛乳 ウェハース
13	土	野菜あんかけ丼 たたききゅうり オレンジ	かっぱ えびせん	片栗粉、砂糖	豚肉	オレンジ、きゅうり、た まねぎ、はくさい、にん じん、こまつな、しいた け	お茶 かぼちゃ ポーロ
15	月	ボークカレー 春雨の酢物 パイン缶	おにぎり (しらす干し ・わかめ)	米、じゃがいも、はるさ め、小麦粉、砂糖、ご ま、ごま油	卵、豚肉、しらす干し、 炊き込みわかめ	パイン缶、たまねぎ、 きゅうり、にんじん、ト マトピューレ、ピーマン	牛乳 マンナ ビスケット
16	火	松風焼き きゅうりの昆布和え みそ汁	★オレンジ パンチ	じゃがいも、パン粉、ご ま、砂糖	豆腐、鶏ひき肉、みそ、 塩こんぶ、カットわかめ	オレンジ果汁50%飲料 、バナナ、みかん缶、 きゅうり、たまねぎ、に んじん、もも缶、パイン 缶、しめじ、ねぎ	牛乳 スティック パン

[illegible]