



2025年 12月給食献立表



立花ひよこ保育園

(月)	1, 15	(火)	2, 16	(水)	3	(木)	4, 18	(金)	5, 26	(土)	6, 20								
屋食	マーボー大根	豚ミンチ/大根 玉ねぎ/えのき 青ねぎ にんにく/生姜 赤みそ/みりん オイスター・ソース しょうゆ 片栗粉/ごめ油	10/55 10 2 少々 3/1 1 2 少々	鰯の みそ煮	鰯 大根 長ねぎ 麦みそ/みりん 生姜	40 20 15 3/1 1	豆腐カツ	木綿豆腐 ごめ油 しょうゆ/にんにく 薄力粉 パン粉	60 5 1/少々 2 5	肉じゃが	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ/人参 糸こんにゃく いんげん しょうゆ/みりん 砂糖/油	15 30 30/20 20 5 2/1	根野菜のかき揚げ	ごぼう/れんこん 人参 里芋/さつまいも 薄力粉 塩/砂糖 ごめ油	10 20 15 15 少々 10	そぼろ丼	有機米 豚ミンチ しめじ 人参 いんげん しょうゆ みりん/砂糖 ごめ油 生姜	50 30 5 10 5 2 1 0.5 1	
	キャベツの ナムル	キャベツ/人参 もやし 小松菜 ごま しょうゆ/酢 塩/ごま油	30/8 20 15 5 1 2/1 0.1/1	おから和え	おから ほうれん草 キャベツ コーン 人参 豆乳マヨネーズ	6 8 20 5 5 5	煮びたし	小松菜/白菜 うすあげ えのき/人参 しょうゆ/みりん	20/10 5 20/5 2/1	オーロラ和え	ブロッコリー カリフラワー 大根 ケチャップ 豆乳マヨネーズ	30 20 10 2 5	かぶとりんごの サラダ	かぶ りんご 金時人参 オリーブ油 酢/砂糖	40 20 8 2 3/1	ごま和え	ブロッコリー 人参 ごま しょうゆ	30 10 1 1	
	すまし汁	豆腐 わかめ しょうゆ/塩	20 0.1 1/0.2	みそ汁	玉ねぎ かぼちゃ 麦みそ	15 15 4	三平汁	生鮭 人参/大根 こんにゃく 白ねぎ 酒/塩	20 10/20 8 10/2	みそ汁	白菜 しめじ 麦みそ	20 10 4	みそ汁	玉ねぎ なすび 麦みそ	20 10 4	みそ汁	玉ねぎ わかめ 麦みそ	15 0.1 4	
	ごはん	五穀ごはん	五穀米 有機米	適量	昆布ごはん	昆布 塩	昆布ごはん	昆布 塩	2 0.2	ごはん	有機米	50	菜飯	かぶの葉 ごま 有機米/塩	10 1 50/少々	自然食品菓子			
	おやつ	黒糖 ちんすこう	薄力粉 ごめ油 黒砂糖 砂糖	20 7 3 3	焼き芋	さつまいも	焼き芋	さつまいも	60	りんごケーキ	薄力粉/りんご 砂糖/B.P バター りんごジュース	20 5/0.3 4 10	麩のラスク	麩 砂糖 バター 青のり	4 3 5 少々	牛乳			
	果物 牛乳	柿	果物	りんご	果物	みかん	果物	みかん	55	するめ 果物 牛乳	柿	するめ 果物 牛乳	みかん (26日 りんご)	牛乳					
(月)	8, 22	(火)	9, 23	(水)	24[クリスマス会]	(木)	25, (水) 10	(金)	12, 19	(土)	13								
屋食	鶏肉と大根 の五目煮	鶏肉/大根 人参/厚揚げ 生椎茸/絹さや こんにゃく ごめ油 しょうゆ/みりん 砂糖	30 15 10/3 15 1 2/1 1	レバーバーグ	牛豚ミンチ 豚レバー 玉ねぎ/人参 パン粉 塩こしょう ケチャップ	各20 20 30/10 2 0.1 2	クリスマス チキン	鶏手羽中 しょうゆ/砂糖 ウスター・ソース こんにゃく/塩こしょう みかん	2本 2 1 0.5/少々 1/4個	春巻き	春巻きの皮 豚ミンチ 玉ねぎ/春雨 ビーマン/人参 しょうゆ ごま油/ごめ油	15 10 20/3 5 2 1/6	鮭の 西京焼き	鮭 白みそ 酒/みりん 砂糖	40 3 0.5 0.3	ハヤシライス	有機米 豚肉 生姜 玉ねぎ しめじ 人参 ケチャップ ソース ごめ油	50 30 少々 40 8 10 10 1 少々	
	ひじきの 和風サラダ	ひじき チンゲン菜 ハム/人参 コーン 豆乳マヨネーズ しょうゆ/ごま	2.5 20 5/8 2 4 1/0.5	人参サラダ	人参 もやし/コーン ほうれん草 酢/ごめ油 砂糖/しょうゆ	25 15/10 15 1 15	リース サラダ	じゃが芋 人参/コーン レーズン 豆乳マヨネーズ ブロッコリー	50 15/10 3 5 15	柿サラダ	白菜 人参 柿 酢/しょうゆ ごめ油/塩	40 10 20 2/1 1/少々	かぼちゃと ブロッコリーの ナムル	かぼちゃ ブロッコリー ナムル わかめ しょうゆ 酢/ごま油 塩	40 20 0.5 1 1/1.5 0.1	自然食品菓子			
	みそ汁	じゃが芋 玉ねぎ 麦みそ	20 15 4	みそ汁	里芋 白菜 麦みそ	15 15 4	かぼちゃ スープ	かぼちゃ 玉ねぎ/牛乳 バター/コンソメ 塩こしょう 適量/少々	50 20/30 3/適量 適量/少々	みそ汁	えのき うすあげ 小松菜 麦みそ	15 5 8 4	押し麦 スープ	人参 玉ねぎ しめじ/コーン キャベツ 押し麦/塩	5 10 5/3 15 2/0.2	プロッコリーの ごま和え	プロッコリー 白菜 ごま しょうゆ	40 10 1 1 1	
	ごはん	有機米	50	いろこ ごはん	いろこ/有機米 生姜/しょうゆ みりん/塩	1/50 少々/2 1/少々	キャロット ライス	有機米 人参/コンソメ バセリ/塩	50 20/少々 1/0.2	五穀ごはん	五穀米 有機米	適量	ごはん	有機米	50	自然食品菓子			
	おやつ	みかん 蒸しパン	薄力粉 砂糖/B.P ごめ油 みかん	15 5/0.5 2 5	きな粉団子	白玉粉 上新粉 絹ごし豆腐 きな粉 砂糖 みかん	15 10 5 3 2	クリスマス プラウニー	絹ごし豆腐 米粉/B.P ココア/砂糖 ごめ油 粉砂糖 りんご	17 11/0.6 0.7/6 4 適量	ごまブリッヂ	薄力粉 ごま バター B.P/砂糖	20 1 3 0.5/3	恐竜の卵	白玉粉 上新粉 黒砂糖 B.P	15 5 5 0.5	牛乳		
	果物 牛乳	柿	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	りんご	牛乳				

※分量は、幼児の予定可食量です。乳児は幼児の予定可食量×0.9として計算します。 ※果物は、入荷時期などによって変更があります。

※五穀ごはんに入っている五穀（もちあわ・もちあわ・はとむぎ・大麦・アマランサス）は、ビタミン、ミネラル、鉄分、カルシウムが豊富です。

※乳児（1歳半～）は午前のおやつとして牛乳を飲んでいます。

※11日（木）はおもちつきです。屋食は、おぞうに・柿なます・手作りりんごかけごはん おやつは、ぜんざい・柿・牛乳 になります。

※17日（水）の屋食は、オレンジ煮・しゃきしゃきサラダ・みそ汁（玉ねぎ・しめじ）・わかめごはんのリクエストになります。おやつは、パリパリ揚げ・みかん・牛乳 です。

※27日（土）はお弁当になります。給食はありませんので、忘れずにお弁当と水筒を持ってきてください。よろしくお願いします。