



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

※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（もちきび・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ただきます。

※11日（木）はおもちつきです。昼食は、おそくに・柿なます・手作りふりかけごはん おやつは、ぜんざい・柿・牛乳 になります。

※17日（水）の昼食は、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）はお弁当日になります。給食はありませんので、忘れずにお弁当と水筒を持ってくるください。よろしくお願いします。