

令和7年



12月 給食献立表

株式会社りぼん

日	曜	AMおやつ	昼食	PM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	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 豚肉と玉ねぎのカレー炒め 大根の甘酢和え 麩の味噌汁	牛乳 黒ゴマちんすこう	牛乳・ぶたロース・麦みそ	・米・油・砂糖・釜焼き ふ・薄力粉・なたね油・ごま	たまねぎ・青ピーマン・しめじ・だいこん・きゅうり・にんじん・カットわかめ・長ねぎ
2	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ご飯 さばの照り焼き ほうれん草と卵のナムル 中華スープ	牛乳 ココアシュガーパイ	牛乳・さば・若鶏もも	・米・砂糖・油・ごま油・ いりごま・パイ皮・グラ ニュー糖	ほうれん草・にんじん・もやし・生しいたけ・青ねぎ
3	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	長崎ちゃんぽん フロッコリーの黒ごまサラダ みかん	お茶 きなこおにぎり&いりこ	牛乳・ぶたロース・なる と・豆乳・まぐろ水煮缶 詰・青大豆きな粉	・中華めん・油・いりご ま・砂糖・七分つき米	たまねぎ・キャベツ・りよくと うもやし・にんじん・フロッコ リー・きゅうり・にんじん・み かん
4	木	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 チキンカツ マカロニサラダ かぶの味噌汁	牛乳 チーズ蒸しケーキ	牛乳・若鶏もも・ロース ハム・油揚げ・麦みそ・ パルメザンチーズ	米・薄力粉・パン粉・油・ マカロニ・スパゲティ・マ ヨドレ・ホットケーキミッ クス・砂糖	きゅうり・キャベツ・コーン・ かぶ・はくさい
5	金	牛乳 (延長) ビスケット	麦ご飯 豆腐入り松風焼き 春雨サラダ とろろ昆布のすまし汁	お茶 さつまいもスティック	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・ 鶏卵・麦みそ・かにかま ぼこ・絹ごし豆腐	・米・押麦・生パン粉・は るさめ・砂糖・ごま油・さ つまいも・有塩バター・グ ラニュー糖	たまねぎ・にんじん・あおの り・きゅうり・削り昆布・えの きたけ
6	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	和風スパゲティ(ツナ) 大豆ときゅうりのサラダ 大根のスープ	牛乳 せんべい	牛乳・ツナ缶・大豆・ち くわ	・マカロニ・スパゲティ・ オリーブ油・甘辛せんべい	たまねぎ・しめじ・ほうれんそ う・ゆでフロッコリー・きゅう り・だいこん・カットわかめ
8	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	麻婆丼 カリフラワーのサラダ 小松菜のスープ	お茶 フルーツヨーグルト	牛乳・豆腐・ぶたひき 肉・赤色辛みそ・ロース ハム・若鶏むね・プレー ンヨーグルト	・米・ごま油・砂糖・片栗 粉・マヨドレ	にんじん・青ねぎ・カリフラ ワー・きゅうり・コーン・こま つな・たまねぎ・パインアップ ル缶詰・白桃缶
9	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ご飯 貝入り卵焼き アスパラとわかめのマリネ もやしとニラのスープ	牛乳 きな粉クリームサンド	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・ 板かまぼこ・きな粉・豆 乳	・米・砂糖・油・ごま油・ 食パン	たまねぎ・にんじん・乾しいた け・アスパラガス・キャベツ・ カットわかめ・りよくとうもや し・にら
10	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 鮭の塩こうじ焼き じゃがいものうま煮 大根のすまし汁 桃缶	お茶 バナナコーンフレーク	牛乳・さけ	・米・じゃがいも・しらた き・砂糖・コーンフレーク	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・だいこん・ほうれんそ う・白桃缶・バナナ
11	木	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 鶏肉のチーズ焼き キャベツと人参のサラダ さつまいもの味噌汁	牛乳 クラッカーサンド	牛乳・若鶏もも皮なし・ チーズ・ツナ缶・油揚 げ・麦みそ	米・油・砂糖・さつまい も・クラッカー	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・たまねぎ・いちごジャム
12	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ロールパン カレーのオーロラソース焼き 切干大根のサラダ 豆乳スープ	お茶 昆布おにぎり	牛乳・まがれい・ベーコ ン・豆乳	・ロールパン・薄力粉・ 油・マヨドレ・米・いりご ま	トマトケチャップ・切干しい だいこん・きゅうり・にんじん・ほ うれん草・たまねぎ・くりか ぼちゃ・塩昆布
13	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	焼き鳥丼 じゃが芋とツナの煮物 豆腐の味噌汁	牛乳 ワエハース	牛乳・鶏もも(皮なし)・ ツナ缶・豆腐・麦みそ	・米・片栗粉・油・じゃが いも・砂糖・さといも・鉄+ コラーゲンワエハース(ココ ア)	たまねぎ・あおのり・チンゲン サイ
15	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 豚肉のしょうが焼き フロッコリーのサラダ かきたま汁	お茶 りんごのフルーツポンチ	牛乳・ぶたロース(皮脂 無)・鶏卵	・米・油・マヨドレ・片栗 粉・砂糖	たまねぎ・しょうが・ゆでブ ロッコリー・にんじん・コー ン・チンゲンサイ・長ねぎ・り んご・みかん缶詰・バナナ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	468	19	17	247	1.8	67	0.26	0.36	22	3.6	1.5
3歳以上	537	22	18	241	2.3	62	0.32	0.38	26	4.4	1.7



令和7年

12月 給食献立表

株式会社りぼん

日	曜	AMおやつ	昼食	PM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
16	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ご飯 さわらの味噌煮 もやしと海苔のナムル けんちん汁	牛乳 フレンチトースト	牛乳・さわら・麦みそ・豆腐・油揚げ・鶏卵	・米・三温糖・ごま油・いりごま・さといも・食パン・砂糖・無塩バター	しょうが・もやし・ほうれんそう・にんじん・焼きのり・ごぼう
17	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	肉うどん さつまいもサラダ カップヨーグルト	お茶 菜飯おにぎり&いりこ	牛乳・ぶたもも(皮脂無)・油揚げ・ウインナーソーセージ・ヨーグルト	・ゆでうどん・さつまいも・マヨドレ・米	はくさい・にんじん・青ねぎ・きゅうり・菜飯の素
18	木	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 さばのしょうが煮 ゴマだれサラダ かぼちゃの味噌汁	お茶 パインフルーチェ	牛乳・さば・大豆水煮缶詰・絹ごし豆腐・麦みそ	・米・三温糖・フルーチェ	しょうが・ゆでカリフラワー・にんじん・きゅうり・くりかぼちゃ・ほうれんそう・パインアップル缶詰
19	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	豚丼 かぶの即席漬け 石狩汁 ★食育献立 北海道の郷土料理	牛乳 ポテトもち	牛乳・ぶた肉・さけ・麦みそ	・米・砂糖・じゃがいも・無塩バター・じゃがいも・片栗粉・油	たまねぎ・焼きのり・グリーンピース・かぶ・きゅうり・長ねぎ・にんじん
20	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	豚肉チャーハン かぼちゃの煮物 もやしのスープ	牛乳 クッキー	牛乳・ぶた肉・若鶏もも	・米・油・砂糖・ムーンライト	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・くりかぼちゃ・りょくとうもやし・にら
22	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 バーベキューチキン コールスローサラダ フロッコリースープ	お茶 しそおかおにぎり h	牛乳・若鶏もも・かつお節	米・砂糖・マヨドレ	しょうが・たまねぎ・トマトケチャップ・キャベツ・きゅうり・にんじん・コーン・ゆでフロッコリー・黄パプリカ・マッシュルーム水煮缶
23	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ひき肉カレー キャベツサラダ りんご	牛乳 米粉の蒸しパン	牛乳・ぶたひき肉・牛ひき肉・かにかまぼこ・豆乳	・米・じゃがいも・油・砂糖・米粉・甘納豆(あずき)	たまねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり・りんご
24	水	リンゴジュース (延長) お茶 ビスケット	ロールパン 鶏のから揚げ 大根とフロッコリーのサラダ コーンスープ コタミン スタミン ★誕生日会メニュー	牛乳 ココアカップケーキ	牛乳・若鶏ももから揚げ(皮なし)・ちくわ・豆乳・ヤクルト	ロールパン・片栗粉・油・ホットケーキミックス・砂糖・ホイップクリーム	切干しだいこん・ゆでフロッコリー・にんじん・たまねぎ・コーン缶詰クリーム・バナナ
25	木	ぶどうジュース (延長) お茶 サブレ	ピラフ トナカイハンバーグ フロッコリーとポテトのサラダ お星さまスープ ★クリスマスメニュー	お茶 クリスマスプリン	牛乳・若鶏もも皮なし・牛ひき肉・ぶたひき肉・鶏卵・チーズ・ウインナーソーセージ	米・油・パン粉・じゃがいも水煮・マヨドレ・プリン・ホイップクリーム・クッキー	ミックスベジタブル・たまねぎ・トマトケチャップ・ゆでれんこん・焼きのり・フロッコリー・コーン・キャベツ・にんじん・いちご・いちごジャム
26	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 鮭の照り焼き ピーマンサラダ なめこの味噌汁	牛乳 しらすピザパン	牛乳・さけ・ローズハム・麦みそ・チーズ・しらす干し	・米・ピーマン・マヨドレ・食パン	きゅうり・にんじん・なめこ・たまねぎ・だいこん・青ねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ
27	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	ハヤシライス にんじんサラダ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳・ぶた肉・ツナ缶	・米・油・砂糖・チョコイス	たまねぎ・にんじん・しめじ・グリーンピース・キャベツ・バナナ