

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 黒ゴマちゃんすこう	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 クッキー	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	ほうれんそう・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 ブ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・りょうとうもやし・にんじん・ブロッコリー・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・オリブ油・甘せんべい	たまねぎ・しめじ・ほうれんそう・ゆでブロッコリー・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 クッキー	ご飯 具入り卵焼き 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・りょうとうもやし・にら
10	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 鮭の塩こうじ焼き じゃがいものつま煮 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 さつま芋の味噌汁	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・切干しだいこん・きゅうり・にんじん・ほうれんそう・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 ウエハース	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+コーゲンウエハース(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 ブ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・ウィンナー 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 ハインブルーチェ	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	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	★食育献立 北海道の郷土料理 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・りよくとうもや し・にら
22	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 ハーベキューチキン コールスローサラダ ブロッコリースープ	お茶 しそおかかおにぎり	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・ゆでブ ロccoli・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 大根とブロッコリーのサラダ コーンスープ スタミン ★誕生日会メニュー ピラフ	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・ゆでブロッコ 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	トナカイハンバーグ ブ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・ワイン 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・ブロッコ 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 ビーフンサラダ なめこの味噌汁	牛乳 しらすピザパン	牛乳・さけ・ロースハ ム・麦みそ・チーズ・し らす干し	・米・ビーフン・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