

2025年12月 献立表

「28大アレルゲン」の項目は本帳票のダウンロード時点をご提供予定の商品から選定しているため変更の可能性があります。

日	曜	献立名			28大アレルゲン	赤	黄	緑	その他	栄養価
		午前おやつ	昼食	午後おやつ		体をつくる	エネルギーのもとになる	体の調子を整える		
1 15	月	牛乳 ごはん ぶりだいこん 白菜とにじんの海苔和え みそ汁(生揚げ・玉ねぎ)	牛乳 野菜とウインナーのケーキ	乳 大豆 豚肉 小麦	牛乳 ぶり 生揚げ 米 みそ(淡色辛みそ) 調 整豆乳 ウィンナー	米 砂糖 油 ホット ケーキ粉	だいこん しうがはく さいにじん 烧きの たまねぎ ミックス ベジタブル	しょうゆ 酒 みりん かつお・昆布だし	エネルギー: 467kcal たんぱく質: 20.0g 脂質: 18.4g 炭水化物: 61.5g カルシウム: 298mg 食塩相当量: 1.6g	
2 16	火	牛乳 鶏とごぼうの味噌バスタ オクラのツナサラダ コンソメスープ(かぼちゃ・コーン) マスカットゼリー	牛乳 しらすとこまつのごはん	乳 鶏肉 大豆 小麦 ご ま	牛乳 鶏もも肉 米 みそ(淡色辛みそ) ツナ 水煮缶 釜揚げしらす	スパゲッティ 油 砂糖 マスカットゼリー 米 白いりごま	たまねぎ にじん ご ぼう オクラ かぼちや コーン バセリ粉 こま つな	みりん しょうゆ コンソ メ 食塩	エネルギー: 449kcal たんぱく質: 22.3g 脂質: 11.7g 炭水化物: 70.2g カルシウム: 297mg 食塩相当量: 1.3g	
3 17	水	牛乳 ごはん チャーハーレー れんこんの唐揚げ炒め みそ汁(さといも・わかめ)	牛乳 焼き大学芋	乳 豚肉 大豆 ごま 小 麦 牛肉 鶏肉 ゼラチン	牛乳 豚肉(もも) 米 みそ(淡色辛みそ)	米 はるさめ ごま油 砂糖 さといも さつま いも 油	キャベツ にんじん しうがはくにんにく れんこん あおりの カン トわかめ	しょうゆ 中華だしの素 酒 かつお・昆布だし	エネルギー: 475kcal たんぱく質: 17.3g 脂質: 14.4g 炭水化物: 74.6g カルシウム: 267mg 食塩相当量: 1.0g	
4 18	木	牛乳 ロールパン クリームシチュー ほうれん草とパプリカのフレンチサラダ	牛乳 小魚きつねごはん	乳 鶏肉 大豆 小麦 ご ま	牛乳 鶏もも肉 調整 豆乳 油揚げ 食べる 小魚	ロールパン ジャガイモ 油 小麦粉 砂糖 米 白いりごま	にんじん ブロッコリー ほうれんそう パプリカ (赤) コーン	コシソメ 酢 食塩 か つお・昆布だし しょう ゆ	エネルギー: 445kcal たんぱく質: 23.5g 脂質: 16.2g 炭水化物: 70.0g カルシウム: 420mg 食塩相当量: 1.2g	
5 19	金	牛乳 ごはん さわらの味噌漬け焼き こまつなどにんじんの納豆和え みそ汁(玉ねぎ・麸) りんご	牛乳 コーンラーメン	乳 大豆 小麦 りんご 豚 肉 牛肉 鶏肉 ゼラチン	牛乳 わらび 米 みそ(淡色辛みそ) 挽きわら 納豆 豚肉(もも)	米 砂糖 焼きふ 中 華	こまつな にんじん た まねぎ りんご キャベ ツ コーン	みりん しょうゆ かつ おだし汁 食塩 中華 だしの素	エネルギー: 468kcal たんぱく質: 23.2g 脂質: 13.3g 炭水化物: 70.0g カルシウム: 289mg 食塩相当量: 1.6g	
6 20	土	牛乳 鶏の中華丼 高野豆腐の中華炒め煮 春雨スープ(チゲン京葉・もやし)	麦茶 ゆかりごはん チーズ にんじんクラッカー	乳 鶏肉 大豆 ごま 小 麦 牛肉 豆腐 フチーズ	牛乳 鶏もも肉 高野 豆腐 フチーズ	米 油 砂糖 片栗粉 米 ごま油 はるさめ 小麦 粉	しうがはく にんじん た まねぎ しめじ グリーン ビース チゲン京葉 もやし	中華だしの素 食塩 しょうゆ	エネルギー: 485kcal たんぱく質: 20.4g 脂質: 8.0g 炭水化物: 65.9g カルシウム: 305mg 食塩相当量: 1.7g	
8 22	月	牛乳 ごはん 生揚げとチゲン京葉のとろみ煮 (はくさいのごま和え みそ汁(かぶ・わかめ)	牛乳 レーズンときなこのケーキ	乳 大豆 豚肉 ごま 小 麦	牛乳 生揚げ 豚ひき 肉 米みそ(淡色辛み そ) 調整豆乳 きな粉	米 油 砂糖 片栗粉 白いりごま ホットケー キ粉	チゲン京葉 よくさい にんじん かぶ カット わかめ 千しどう	しょうゆ 酒 かつお・ 昆布だし	エネルギー: 494kcal たんぱく質: 18.4g 脂質: 20.5g 炭水化物: 64.4g カルシウム: 374mg 食塩相当量: 1.7g	
9 23	火	牛乳 豚汁うどん かぼちやの甘煮 れんこんとキャベツのさっぱり和え	牛乳 彩り納豆チャーハン	乳 豚肉 大豆 小麦 りんご ごま 牛肉 鶏肉 ゼ ラチン	牛乳 豚肉(もも) 油揚 げ 米みそ(淡色辛み そ) 挽きわら納豆	干しうどん 油 砂糖 米 ごま油	だいこん にんじん ご ぼう 葦ねぎ かぼちや れんこん キャベツ ミックスベジタブル	かつお・昆布だし しょ ゆ 醋 中華だしの素	エネルギー: 465kcal たんぱく質: 20.4g 脂質: 14.5g 炭水化物: 69.0g カルシウム: 273mg 食塩相当量: 1.7g	
10 24	水	牛乳 わかめごはん さばの竜田揚げ (ほうれん草の白和え みそ汁(玉ねぎ・なめこ)	牛乳 ピザトースト	乳 さば 大豆 豚肉 小 麦	牛乳 さば 木綿豆腐 米みそ(淡色辛みそ) ウインナー ピザ用 チーズ	米 片栗粉 油 砂糖 食パン	しうがはく うれいそう にんじん たまねぎ な めこ ピーマン	炊込みわかめ しう がはく みりん 酒 かつ お・昆布だし ケチャッ プ	エネルギー: 483kcal たんぱく質: 22.1g 脂質: 20.7g 炭水化物: 58.8g カルシウム: 338mg 食塩相当量: 1.1g	
11 木	牛乳 ごはん だいこんの鶏そぼろあんかけ プロッコリー・ピーナッツの塩昆布和え みそ汁(油揚げ・キャベツ) マスカットゼリー	牛乳 中華風ピーフン	乳 鶏肉 大豆 ごま 小 麦 牛肉 豚肉 ゼラチン	牛乳 豚肉(もも) ツナ 水煮缶 油揚げ 米 みそ(淡色辛みそ) 鶏む ね	米 砂糖 片栗粉 マスカットゼリー ピー フン ごま油	だいこん にんじん ブ ロッコリー 塩昆布 キャベツ にら	しょうゆ 酒 かつお・ 昆布だし 中華だしの 素	エネルギー: 470kcal たんぱく質: 23.4g 脂質: 15.7g 炭水化物: 64.0g カルシウム: 276mg 食塩相当量: 1.3g		
12 特別食	金	牛乳 コーンライス バーベキューチキン ジャーマンポテト コンソメスープ(えのき・こまつな) みかん	牛乳 りんごケーキ	乳 鶏肉 豚肉 小麦 りんご 大豆	牛乳 鶏もも肉 ベーコ ン	米 砂糖 じゃがいも 油 ホットケーキ粉	コーン たまねぎ にん にく ベジタブル えのき たけ こまつな みかん りんごジュース りんご	食塩 ケチャップ 中濃 ソース しょうゆ コンソ メ酢	エネルギー: 485kcal たんぱく質: 18.7g 脂質: 17.6g 炭水化物: 69.2g カルシウム: 265mg 食塩相当量: 1.1g	
13 27	土	牛乳 豚の甘辛丼 かぼちやサラダ(ドレッシング) みそ汁(オクラ・もやし)	麦茶 ヨーグルト せんべい	乳 豚肉 大豆 小麦	牛乳 豚肉(もも) 米 みそ(淡色辛みそ)	米 油 砂糖 ホット ケーキ粉 いちごジャ ム	たまねぎ にんじん か ぼちや オクラ もやし	しょうゆ 酒 醋 かつ お・昆布だし	エネルギー: 484kcal たんぱく質: 18.7g 脂質: 16.2g 炭水化物: 71.0g カルシウム: 261mg 食塩相当量: 1.1g	
25 クリスマス	木	牛乳 ピラフ チキンカツ プロッコリーのマカロニサラダ コンソメスープ(しめじ・キャベツ)	牛乳 クリスマスマフィン	乳 鶏肉 大豆 小麦 りんご	牛乳 豚肉(もも) 調整 豆乳 粉チーズ	米 小麦粉 パン粉 砂糖 マカロニ マ ヨドレ ホットケーキ 粉糖	たまねぎ にんじん バ セリ粉 ブロッコリー コンソメ しめじ キャベ ツ トマトピューレ こ まつな	食塩 コンソメ ケ チャップ 中濃ソース 酢	エネルギー: 492kcal たんぱく質: 20.2g 脂質: 17.4g 炭水化物: 69.3g カルシウム: 279mg 食塩相当量: 1.1g	
26 金	牛乳 ごはん 豚のとさつまいものカレーあんかけ チゲン京葉と切干の和え物 みそ汁(えのき・ごぼう) みかん	牛乳 お好み焼き(鶏ひき)	乳 豚肉 大豆 鶏肉 小 麦 りんご	牛乳 豚肉(もも) 米 みそ(淡色辛みそ) 鶏ひ き肉 食べる小魚 剥 節	米 さつまいも 油 砂 糖 片栗粉 小麦粉	たまねぎ ちんこうサ イ 切干大根 えのきた け ごぼう みかん キャベ ツ	しょうゆ 酒 カレー粉 食塩 かつお・昆布だし 中濃ソース	エネルギー: 495kcal たんぱく質: 21.4g 脂質: 16.9g 炭水化物: 69.3g カルシウム: 375mg 食塩相当量: 1.4g		
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみに！ ☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承願います。☆										
早いもので、2025年も残すところあとひと月となりました。今月の食育テーマ「りんご」に合わせて、12日(金)の特別食の午後おやつで「りんごケーキ」を提供予定です。また、5・19日ではデザートとして「りんご」が登場します。										
そして25日(木)はクリスマスマニュアルです。昼食はピラフ・チキンカツなどの洋風メニュー、午後おやつは「クリスマスマフィン」の提供を予定しているのでお楽しみ										