

令和7年 12月の献立表

《給食目標》 すききらいなく食べましょう



松阪市こども未来課保育幼稚園係

日 曜 日	曜 前 お や つ	3歳未満児 主食	献立名	午後おやつ	材料名			
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1月 1月	あられ	ごはん	豚肉のみぞれ煮 コールスローサラダ さつま芋のみそ汁	オレンジブ ラマンジ	米・さとう・みりん・油・マヨ ネーズ・さつまいも・コーンス ターチ	ぶた肉・ハム・みそ・牛乳・調整豆乳	しょうが・だいこん・キャベツ・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・オレンジジュース・みかん缶	
2月 2月	せんべい	ごはん	鶏肉のごまからめ 昆布和え きのこスープ	ビスケット	米・片栗粉・油・さとう・みりん・ごま	とり肉・塩こんぶ・ベーコン・豆腐・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・エリンギ・玉ねぎ	
3月 3月	フルーツ	ちゃんぽんうどん のり酢和え ヨーグルト	ちゃんぽんうどん のり酢和え ヨーグルト	麩のラスク	干しうどん・片栗粉・ごま油・さとう・バター・グラニュー糖	ぶた肉・なると・ツナ・のり・ヨーグルト・牛乳・麩	にんじん・はくさい・玉ねぎ・もやし・ねぎ・キャベツ・こまつな	
4月 4月	せんべい	しそごはん	しそごはん 鶏肉のクリームシチュー チングンサイのレモン和え	あられ	米・じゃがいも・バター・小麦粉・さとう	とり肉・牛乳・生クリーム・ツナ	しそ・玉ねぎ・にんじん・パセリ・チングンサイ・きゅうり・レモン果汁	
5月 5月	フルーツ	ごはん	さわらの煮つけ 大根サラダ 豆腐のみそ汁	せんべい	米・みりん・さとう・マヨネーズ・ごま	さわら・ハム・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・だいこん・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・ねぎ	
6月 6月	土	ビスケット	わかめうどん ヨーグルト	せんべい	干しうどん	とり肉・なると・油揚げ・わかめ・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ	
7月 7月	ウエハース	ごはん	ひじきハンバーグ ポイル野菜 たまねぎのスープ	あられ	米・パン粉・油・さとう	合ひき肉・ひじき・調整豆乳・豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・キャベツ・パセリ	
8月 8月	火	せんべい	ごはん	あじの竜田揚げ 野菜のごまマヨネーズあえ えのきのすまし汁	ビスケット	米・片栗粉・油・マヨネーズ・ごま	あじ・ちくわ・豆腐・牛乳	しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・えのきたけ・玉ねぎ・ねぎ
9月 9月	水	フルーツ	ごはん	豚肉と大根の炒め煮 みそドレッシングサラダ 型抜きチーズ	こしあん ケーキ	米・油・さとう・みりん・小麦粉	ぶた肉・ハム・みそ・型抜きチーズ・牛乳・こしあん	だいこん・にんじん・キャベツ・きゅうり
10月 10月	木	せんべい	チキンライス ツナコーン和え 豆乳スープ	ビスケット	米・バター・マヨネーズ・じゃがいも	とり肉・ツナ・ベーコン・調整豆乳・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ・プロッコリー・ホールコーン	
11月 11月	金	ヨーグルト	ごはん	豚肉のさっぱり焼き やまとき和え だいこんのみそ汁	あられかりんとう	米・さとう・みりん・油・ごま油・田舎あられ	ぶた肉・卵・ハム・豆腐・みそ・牛乳	玉ねぎ・しょうが・キャベツ・にんじん・こんにゃく・だいこん・ねぎ
12月 12月	土	せんべい	きつねうどん ヨーグルト	ビスケット	干しうどん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・ヨーグルト・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ	
13月 13月	月	フルーツ	ごはん	鶏肉のからあげ しそ和え 白菜のみそ汁	せんべい	米・片栗粉・油	とり肉・油揚げ・みそ・牛乳	しょうが・ににく・キャベツ・にんじん・しそ・はくさい・玉ねぎ・ねぎ
14月 14月	火	あられ	ごはん	豚肉と厚揚げのみそ煮 小松菜のサラダ カラフルゼリー	黒糖蒸しパン	米・さといも・油・さとう・みりん・マヨネーズ・ごま・グレープゼリー・小麦粉・黒砂糖	ぶた肉・厚揚げ・みそ・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・こまつな・キャベツ・もやし
15月 15月	水	せんべい	カレーライス	カレーライス フルーツヨーグルトサラダ	ビスケット	米・油・じゃがいも・バター・小麦粉・さとう	とり肉・チーズ・牛乳・ヨーグルト	ローリエ・しょうが・ににく・玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・バナナ・パイン缶・もも缶・みかん缶
16月 16月	木	チーズ	ごはん	とんてき風 和風サラダ わかめのすまし汁	豆腐入りドーナツ	米・さとう・油・ごま油・ごま・ケーキミックス	ぶた肉・ハム・花かつお・豆腐・わかめ・牛乳	ににく・玉ねぎ・だいこん・きゅうり・にんじん
17月 17月	金	せんべい	ごはん	さけの照り焼き 切干大根煮 たまねぎのみそ汁	あられ	米・みりん・さとう	さけ・さつま揚げ・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・切干だいこん・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
18月 18月	土	ビスケット	きしめん	きしめん ヨーグルト	せんべい	きしめん	とり肉・油揚げ・なると・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
19月 19月	月	牛丼	ごはん	牛肉とごぼうの混ぜごはん かぼちゃサラダ 麸入りすまし汁	ココアブランニー	米・さとう・マヨネーズ・米粉・片栗粉・油	ぎゅう肉・ハム・まめ麩・牛乳・ココア・豆腐	ごぼう・しょうが・かぼちゃ・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・しめじ・ねぎ
20月 20月	火	フルーツ	ごはん	さけの塩焼き スペゲティサラダ ちゃんこ汁	ビスケット	米・スパゲティ・マヨネーズ・片栗粉・みりん	さけ・ハム・とりひき肉・牛乳	きゅうり・キャベツ・しょうが・はくさい・だいこん・玉ねぎ・にんじん
21月 21月	水	せんべい	ごはん	豚肉とキャベツのカレー炒め そぼろあえ もやしスープ	りんごケーキ	米・油・さとう・みりん・ケーキミックス	ぶた肉・ツナ・ウインナー・牛乳・ヨーグルト	キャベツ・玉ねぎ・ににく・ケチャップ・きゅうり・にんじん・もやし・パセリ・りんご
22月 22月	木	ビスケット	ごはん	ブロッコリーとチキンのグラタン ミネストローネ クリスマスのデザート	せんべい	米・マカロニ・小麦粉・バター・じゃがいも・クリスマスデザート	とり肉・牛乳・チーズ・ベーコン	ブロッコリー・玉ねぎ・ホールコーン・トマト缶・にんじん・パセリ
23月 23月	金	あられ	ごはん	鶏ひき肉の照り焼き風 ほうれんそうのごま和え あげとわかめのみそ汁	ビスケット	米・さとう・みりん・パン粉・片栗粉・ごま	とりひき肉・調整豆乳・油揚げ・わかめ・みそ・のむヨーグルト	しょうが・玉ねぎ・ねぎ・ほうれんそう・はくさい・にんじん・キャベツ
24月 24月	土	せんべい	かやくうどん	かやくうどん ヨーグルト	あられ	干しうどん	とり肉・油揚げ・わかめ・なると・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ

*乳児クラスは午前と午後のおやつ時に牛乳を飲みます。

保育園の幼児クラスは午後おやつ時に、こども園の幼児クラスは給食時に牛乳を飲みます。

【毎月最後の平日】乳児クラスは午後おやつ時に、幼児クラスは牛乳のかわりにのむヨーグルトを飲みます。

*土曜半日保育の給食は、麺類と乳酸菌飲料（またはのむヨーグルト）、おやつはありません。

※園での手作りおやつの日にはマークがついています。

