

令和7年12月分 給食献立予定表

桶川市保育所

日 ／ 曜	献 立 名	材料名(昼食・午後おやつ)				主食	3歳未満児午前おやつ 午後おやつ
		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	調味料		
1 (月)	豚肉とニラの炒めもの 青梗菜とちくわのおかか和え みそ汁(もやし・わかめ)	米、乾燥マッシュポテト、 ぎょうざの皮、油、砂糖	豚小間肉、鶏ひき肉、ちく わ(乳不使用)、いわし(煮 干し)、削り節、わかめ	チンゲンサイ、もやし、 キャベツ、にんじん、に ら、たまねぎ	白みそ、しょうゆ、ケチャッ プ、食塩、カレー粉	ごはん	小魚カルシウムせんべい 麦茶 ☆サモサ
2 (火)	☆コーンシチュー れんこんのきんぴら 揚げ餃子	米、ぶどうゼリー(乳不使 用)、じゃがいも、カルテツ 玄米せんべい(乳不使 用)、小麦粉、バター、砂 糖、油	牛乳、ぎょうざ(乳不使 用)、鶏もも肉	れんこん、にんじん、たま ねぎ、クリームコーン	しょうゆ、食塩	ごはん	野菜せんべい 麦茶 ぶどうゼリー カルテツ玄米せんべい
3・17 (水)	炒り鶏 キャベツのツナ和え みそ汁(大根・万能ねぎ)	米、うどん、板こんにゃく、 砂糖、油、片栗粉	鶏もも肉、豚小間肉、ツ ナ、かつお節(だし)、いわ し(煮干し)	キャベツ、にんじん、大 根、たまねぎ、たけのこ、 万能ねぎ、干しいたけ	白みそ、しょうゆ、カレー ルウ(アレルゲンフリー)	ごはん	甘口しょうゆせんべい 麦茶 ☆カレーうどん
4 (木)	豆とソーセージのトマト煮 ☆ほうれん草ののりサラダ みそ汁(かぶ・麩)	米、小麦粉、ホットケーキ ミックス(乳不使用)、砂 糖、油、焼酎	大豆飲料、ウインナー(乳 不使用)、無調整豆乳、い んげんまめ、いわし(煮干 し)、焼のり	ほうれん草、ホールトマト 缶、たまねぎ、かぶ、エリ ンギ、にんにく	白みそ、ケチャップ、しょう ゆ、酢、ブイヨン(アレルゲ ンフリー)、食塩、こしょう	ごはん	やわらかせんべい 大豆飲料 豆乳ドーナツ(乳不使用)
5・19 (金)	めかじきのバーベキューソース かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁(キャベツ・人参)	じゃがいも、米、片栗粉、 砂糖、油、ごま油	めかじき、鶏ひき肉、いわ し(煮干し)、あおのり	かぼちゃ、にんじん、キャ ベツ	白みそ、中濃ソース、しょう ゆ、ケチャップ、酢、食 塩、カレー粉	ごはん	乳酸菌飲料 麦茶 いももち
6・20 (土)	鶏肉のマーマレード焼き 二色ナムル みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ)	米、じゃがいも、ごま油、 砂糖、油	鶏もも肉、いわし(煮干し)	みかん、もやし、にら、た まねぎ	白みそ、しょうゆ、マーマ レード、ごま塩、酢	ごはん	しょうゆせんべい 麦茶 おにぎり(ごま塩) みかん
8・22 (月)	ひじき玉子焼き 小松菜とえのきのソテー みそ汁(油揚げ・長ねぎ)	米、油、砂糖	ヨーグルト(加糖)、卵、鶏 ひき肉、油揚げ、スキムミ ルク、いわし(煮干し)、ひ じき	りんご、小松菜、たまね ぎ、えのきたけ、にんじ ん、長ねぎ	白みそ、しょうゆ、わかめ ごはんの素、食塩、こしょ う	わかめ ごはん	かぼちゃポーロ 麦茶 ヨーグルト りんご(※)
9・23 (火)	すき焼き風煮 春菊のごま和え みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ)	米、小麦粉、しらたき、砂 糖、バター、油	牛乳、豚肩ロース肉、卵、 白すりごま、いわし(煮干 し)	もやし、春菊、白菜、かぼ ちゃ、にんじん、たまね ぎ、みかんジュース、みか ん缶、長ねぎ、しいたけ	白みそ、しょうゆ、みりん、 ベーキングパウダー	ごはん	ソフト塩せんべい 牛乳 みかんケーキ
10・24 (水)	豆腐と豚肉のみそ炒め コーンとポテトのソテー お吸い物(なると・水菜)	米、じゃがいも、小麦粉、 砂糖、バター、ショートニ ング、油	牛乳、絞豆腐、豚肉 (ロース)、星型なると(乳 不使用)、卵、かつお節 (だし)、白すりごま、白い りごま、黒いりごま	長ねぎ、コーン、にんじ ん、たけのこ、みずな、し いたけ、しょうが	赤みそ、しょうゆ、食塩、 ベーキングパウダー、こ しょう	ごはん	バナナ 牛乳 ごまクッキー
11・25 (木)	☆冬野菜のカレー ブロッコリーのおかか和え 星のハンバーグ	米、クロワッサン(乳不使 用)、じゃがいも、洋風セ ンべい(乳不使用)、油	星のハンバーグ(乳不使 用)、豚もも肉、削り節	ブロッコリー、たまねぎ、 大根、れんこん、にんじん	カレールウ(アレルゲンフ リー)、中濃ソース、ケ チャップ、しょうゆ	ごはん	青のりしょうゆせんべい 麦茶 クロワッサン(乳不使用) 洋風センべい
12・26 (金)	鶏肉と白菜のとろみ炒め さつまいものレモン煮 みそ汁(豆腐・なめこ)	米、さつまいも、スパゲ ティ、砂糖、油、片栗粉、 ごま油	鶏もも肉、木綿豆腐、ベー コン(乳不使用)、いわし (煮干し)	白菜、れんこん、たまね ぎ、エリンギ、なめこ、ピー マン、にんじん、レモン、 にんにく	白みそ、しょうゆ、食塩、 鶏がら粉末、こしょう	ごはん	ミニわかめちゃん 麦茶 和風スパゲティ
13・27 (土)	豚肉のみそだれ焼き 青梗菜のお浸し にんじんともやしのスープ	米、砂糖、油	豚肉(ロース)、ベーコン (乳不使用)、削り節	チンゲンサイ、たまねぎ、 もやし、にんじん、エリン ギ	赤みそ、みりん、しょうゆ、 ブイヨン(アレルゲンフ リー)、食塩、こしょう	ごはん	星型せんべい 麦茶 ベーコンきのこごはん
15 (月)	クリスマス会 エビフライ ほうれん草としめじのソテー ミネストローネ	米、ホットケーキミックス (乳不使用)、じゃがいも、 油、砂糖、マカロニ	大豆飲料、エビフライ(乳 不使用)、無調整豆乳、ホ イップクリーム、ベーコン (乳不使用)	ほうれん草、たまねぎ、に んじん、しめじ、コーン	ケチャップ、ブイヨン(アレ ルゲンフリー)、食塩、こ しょう	キャロット コーン ライス	野菜ジュース 大豆飲料 クリスマスカップケーキ
16 (火)	☆コーンシチュー れんこんのきんぴら 揚げ餃子	米、じゃがいも、プチクレ ープ(カスタード)、青のりしょう ゆせんべい(乳不使用)、小 麦粉、バター、油、砂糖	牛乳、ぎょうざ(乳不使 用)、鶏もも肉	れんこん、にんじん、たま ねぎ、クリームコーン	しょうゆ、食塩	ごはん	野菜せんべい 牛乳 プチクレープ(カスタード) 青のりしょうゆせんべい
18 (木)	豆とソーセージのトマト煮 ほうれん草ののりサラダ みそ汁(かぶ・麩)	米、動物型ビスケット、揚 げせんべい(乳不使用)、 油、砂糖、焼酎	飲むヨーグルト(マスカッ ト)、ウインナー(乳不使 用)、いんげんまめ、いわ し(煮干し)、焼のり	ほうれん草、ホールトマト 缶、たまねぎ、かぶ、エリ ンギ、にんにく	白みそ、ケチャップ、しょう ゆ、酢、ブイヨン(アレルゲ ンフリー)、食塩、こしょう	ごはん	やわらかせんべい 飲むヨーグルト(マスカット) 動物型ビスケット 揚げせんべい

☆は保育所年長児クラスといずみの学園のお友達のリクエストメニューです。  
◎都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

《12月の食材》  
めかじき・れんこん・長ねぎ・白菜、大根・  
かぶ・春菊・ブロッコリー、みかん、りんご



12月22日は冬至で、1年で一番昼が短く夜  
が長い日です。  
冬至には「無病息災」を願ってかぼちゃを食  
べたり、体を温めるためにゆず湯に入る習  
慣があります。



白菜や大根は、  
体を温める働きがあります。  
感染症や風邪が流行する冬にぴったりな  
免疫力を高められる食べ物です。



給与栄養量
3歳未満児
エネルギー 491キロカロリー たんぱく質 17.1g 脂質 15.7g
炭水化物 74.6g 食塩 2.0g
3歳以上児
エネルギー 543キロカロリー たんぱく質 19.3g 脂質 17.3g
炭水化物 82.4g 食塩 2.1g

※0、1歳児クラス・コンポート 2歳児クラス以上・・・生のりんご