



給食献立表



高畑保育園
令和7年12月1日

		昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
1	月	親子丼 白菜の味噌汁	牛乳 スティックパン	鶏肉／かまぼこ／卵／厚揚げ／牛乳	米／片栗粉／砂糖／パン	しいたけ／にんじん／たまねぎ／ねぎ ／はくさい／こねぎ
2	火	魚の甘辛炒め 大豆の五目煮 わかめスープ	牛乳 ココアクッキー	魚／鶏肉／水煮大豆／厚揚げ／牛乳／ 卵	米／片栗粉／油／砂糖／じゃがいも／ こんにゃく／ごま油／薄力粉／バター	こねぎ／にんじん／ごぼう／しいたけ ／いんげん／わかめ
3	水	ミートボール 海藻サラダ たまごスープ	牛乳 スイートポテト	ミンチ／卵／豆腐／いか／牛乳／生ク リーム	米／パン粉／砂糖／さつまいも／パ ター	たまねぎ／わかめ／きゅうり／にんじ ん／キャベツ／コーン缶／こねぎ
4	木	鶏肉のパン粉焼き 納豆サラダ ミネストローネ	牛乳 南瓜マフィン	鶏肉／納豆／ウィンナー／牛乳／卵	米／砂糖／パン粉／じゃがいも／ホッ トケーキミックス／バター	きゅうり／にんじん／キャベツ／たく あん漬／たまねぎ／セロリ／トマト缶 ／パセリ／かぼちゃ
5	金	かやくうどん 昆布煮 フルーツ	牛乳 コーンフレーク	鶏肉／天ぷら／牛乳	米／うどん	たまねぎ／にんじん／はくさい／こね ぎ／こんぶ／フルーツ
6	土	パン りんごジュース バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳	パン	りんごジュース／バナナ
8	月	大豆のふわふわ団子 切り干し大根サラダ かきたま汁	牛乳 さつま芋の甘煮	水煮大豆／豆腐／ミンチ／はんぺん／ 卵／牛乳	米／片栗粉／さつまいも／砂糖	切干しだいこん／にんじん／きゅうり ／たまねぎ／にんじん／こねぎ
9	火	魚のクリーム煮 ひじきの炒り煮 すまし汁	牛乳 肉まん	魚／生クリーム／牛乳／水煮大豆／油 揚げ／天ぷら／豆腐／豆乳／ミンチ	米／しらたき／ホットケーキミックス ／油／片栗粉／砂糖／ごま油	たまねぎ／にんにく／しめじ／ひじき ／にんじん／れんこん／いんげん／こ ねぎ／しいたけ
10	水	ちゃんぽん ゆで卵 フルーツ	牛乳 麩のラスク	豚肉／えび／天ぷら／卵／牛乳	米／ちゃんぽん麺／パン／砂糖／ふ／ バター	キャベツ／たまねぎ／もやし／にんじ ん／こねぎ／フルーツ
11	木	キーマカレー フルーツポンチ	牛乳 抹茶蒸しパン	ミンチ／水煮大豆／スキムミルク／牛 乳／あんこ	米／砂糖／ホットケーキミックス	にんにく／しょうが／たまねぎ／にん じん／ピーマン／トマト缶／パイン缶 ／みかん缶／もも缶／バナナ
12	金	鶏肉のマーマレード焼き 豆腐の炒り煮 野菜スープ	ミルク ドーナッツ	鶏肉／ミンチ／豆腐／卵／スキムミル ク	米／マーマレードジャム／砂糖	しょうが／にんじん／たまねぎ／しい たけ／ほうれんそう／キャベツ
13	土	中華あんかけ すまし汁	牛乳 せんべい	豚肉／牛乳	米／砂糖／片栗粉	たけのこ／にんじん／はくさい／しい たけ／しょうが／えのきたけ／たまね ぎ／こねぎ
15	月	ジャーマンオムレツ れんこんと小松菜のサラダ 白菜スープ	牛乳 厚切りパウム	ウィンナー／卵／ツナ缶／かにかま／ 牛乳	米	たまねぎ／パセリ／れんこん／こまつ な／コーン缶／はくさい／にんじん
16	火	エビのフリッター カレー肉じゃが 味噌汁	ヨーグルト クッキー	豚肉／厚揚げ／スキムミルク	米／油／じゃがいも／砂糖／ふ	たまねぎ／にんじん／ねぎ／えのきた け／あおさ
17	水	そぼろ丼 冬野菜ポトフ フルーツ	牛乳 マシュマロサンド	ミンチ／卵／豚肉／ウィンナー／牛乳	砂糖／米／じゃがいも	たまねぎ／にんじん／キャベツ／だい こん／フルーツ
18	木	〈餅つき大会〉 おにぎり・唐揚げ 豚汁・みかん	ぜんざい せんべい	鶏肉／豚肉／豆腐／きな粉／あずき	餅米／米／上新粉／油／さといも／砂 糖／せんべい	はくさい／にんじん／もやし／だいこ ん／こねぎ／フルーツ
19	金	魚のオープン焼き チャブチェ わかめのすまし汁	牛乳 ロールケーキ	魚／牛肉／牛乳	米／砂糖／パン粉／はるさめ／すりご ま	しょうが／きゅうり／にんじん／ピーマ ン／しいたけ／わかめ／たまねぎ／えのき たけ
20	土	シチュー フルーツ	牛乳 クッキー	鶏肉／えび／牛乳	米／じゃがいも	たまねぎ／にんじん／かぼちゃ／フ ルーツ
22	月	豚肉とごぼうの甘辛炒め 南瓜の煮付け 春雨スープ	牛乳 昆布とツナのおにぎり	豚肉／牛乳／ツナ缶	米／砂糖／ごま油／はるさめ	にんじん／ごぼう／たまねぎ／しめじ ／こねぎ／かぼちゃ／わかめ／塩昆布
23	火	ゆかりご飯 魚の塩焼き 味噌おでん・フルーツ	牛乳 揚げパン	魚／鶏肉／天ぷら／油揚げ／牛乳／き な粉	米／さといも／砂糖／ロールパン／油	だいこん／にんじん／いんげん／フ ルーツ
24	水	すき焼き風煮 わかめと卵のスープ	牛乳 ウィンナーパン	牛肉／豆腐／卵／牛乳／ウィンナー	米／ビーフン／しらたき／砂糖／ホッ トケーキミックス	はくさい／にんじん／えのきたけ／し いたけ／たまねぎ／わかめ
25	木	〈クリスマス誕生日会〉 チキンライス・ハンバーグ エビフライ・ブロッコリー オレンジ・ヤクルト・プリン	牛乳 クリスマスケーキ	ミンチ／ヤクルト／牛乳／豆腐／生ク リーム	米／砂糖／油	たまねぎ／にんじん／ブロッコリー／ オレンジ／いちご
26	金	年越しうどん うの花	ミルク フチケーキ	鶏肉／卵／かまぼこ／かつお節／おか ら／天ぷら／スキムミルク	米／うどん／砂糖	にんじん／たまねぎ／ほうれんそう／ しいたけ／こねぎ
27	土	麻婆豆腐 えのきのすまし汁	牛乳 ビスケット	ミンチ／豆腐／牛乳	米／砂糖	たまねぎ／にんじん／こねぎ／えのき たけ
29	月	年末休暇				
30	火	年末休暇				
31	水	年末休暇				