

# 令和7年度 給食だよ!



今年も早いもので、残すところ1か月となりました。朝晩の冷え込みも厳しく、空気が乾燥しているので、風邪やインフルエンザが流行しやすい季節です。体調に気をつけて元気に新しい年を迎えましょう。12月は、お楽しみ給食やクリスマス会と楽しみな給食がありますね。今年もクリスマス会の日にクリスマスケーキのデコレーションをみんなでしてもらおうと思います。給食表の下部にクリスマスケーキ作りについてのお知らせを掲載しましたので、見ておいてください。



日	曜	こんだて	赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	牛乳	給食・おやつ kcal	夕方のおやつ
1	月	音楽会振替休日						
2	火	中華風ちゃんぽん麺 春巻 みかん	豚肉 えび いか 春巻 牛乳	玉ねぎ 人参 白菜 しいたけ もやし ピーマン コーン みかん	中華麺	○	456	ジャムパン
3	水	マーボー豆腐丼 バンバンジーサラダ アーモンド小魚	鶏肉 牛豚ミンチ 豆腐 牛乳 みそ アーモンド小魚	玉ねぎ 人参 しいたけ 白菜 もやし ちんげん菜 キャベツ コーン みかん きゅうり	むぎごはん	—	503	バナナ
4	木	お弁当の日						
5	金	牛肉とごぼうの炊き込みごはん 三色サラダ きのこのみそ汁	牛肉 ハム みそ 豆腐 油あげ 牛乳	玉ねぎ 人参 ごぼう 大根 白菜 しいたけ えのき しめじ エリンギ きゅうり こんにゃく コーン	ごはん じゃがいも	○	499	シュークリーム
8	月	ひじきごはん 葉野菜のみそ汁 キャベツとツナのごま和え	ツナ みそ 豆腐 油あげ 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ 大根 白菜 小松菜 キャベツ ひじき きゅうり グリンピース もやし	ごはん じゃがいも	○	419	大学芋
9	火	★お楽しみ給食★ クリームシチュー	牛豚ミンチ 鮭 鶏肉 チーズ ベーコン 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン コーン プロッコリー	食パン じゃがいも	○	下に詳細	せんべい 昆布
10	水	中華丼 しゅうまい みかん入り杏仁豆腐	豚肉 牛豚ミンチ えび いか 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ 白菜 みかん ピーマン ちんげん菜	むぎごはん	—	478	パン じゃこ チーズ
11	木	たまごうどん チーズ ちくわの磯辺揚げ	鶏肉 卵 ちくわ チーズ 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ 大根 白菜 青のり 小松菜	うどん	○	450	りんご
12	金	ちりめんわかめごはん 豚汁 鶏肉と高野豆腐の卵とじ	鶏肉 豚肉 油あげ 豆腐 みそ 牛乳 じゃこ 卵 高野豆腐	玉ねぎ 人参 しいたけ もやし わかめ キャベツ グリンピース	ごはん さつまいも	○	504	フルーツ牛乳かん
15	月	むぎごはん ホイコーロー <sup>カキたま汁</sup>	豚肉 油あげ 豆腐 卵 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン 白菜 もやし キャベツ しいたけ 小松菜 大根	むぎごはん	○	484	クッキー
16	火	ゆかりごはん けんちん汁 温野菜と春雨の酢の物	鶏肉 油あげ 豆腐 牛乳	玉ねぎ 人参 大根 ごぼう 白菜 糸こんにゃく キャベツ きゅうり 春雨 しそ	むぎごはん じゃがいも	○	510	生クリームパン
17	水	ミートスパゲティ 温野菜サラダ みかん入りカルピスゼリー	牛豚ミンチ ハム カルピス 豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン キャベツ コーン きゅうり みかん	スパゲッティ	—	458	キャロットケーキ
18	木	ロールパン 照り焼きチキン ミネストローネ (保)クリスマスケーキ	ベーコン 鶏肉 チーズ 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン トマト コーン キャベツ	ロールパン マカロニ	○	436	バナナ
19	金	わかめごはん ハンバーグ さつまいものみそ汁 (幼)クリスマスケーキ	牛豚ミンチ 油あげ 豆腐 みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ 大根 わかめ キャベツ	むぎごはん さつまいも	○	426	プリン
22	月	親子丼 じゃことひじきのサラダ チーズ	鶏肉 ハム 卵 じゃこ チーズ 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ 白菜 小松菜 キャベツ きゅうり 大根 ひじき	むぎごはん	○	504	ビスケット
23	火	キャロットパン 白身魚フライ ビーフシチュー	牛肉 白身魚 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン プロッコリー	キャロットパン じゃがいも	○	494	りんご
24	水	ふりかけごはん ミートボール すき焼き風煮	牛肉 豚肉 豆腐 牛豚ミンチ 油あげ ふりかけ 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ 白菜 大根 糸こんにゃく 小松菜	むぎごはん 麩	○	478	苺ババロア
25	木	しつぽくうどん かぼちゃコロッケ みかん	鶏肉 牛豚ミンチ 天ぷら 油あげ 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ 大根 白菜 小松菜 みかん	うどん じゃがいも	○	482	パン じゃこ チーズ
26	金	ハヤシライス ツナマヨサラダ フルーツポンチ	牛肉 豚肉 ハム ツナ	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン キャベツ きゅうり コーン 黄桃 パイナップル バナナ みかん	むぎごはん じゃがいも	—	515	カステラ

※献立は材料その他の都合により変更することがあります。また、摂取カロリーは3才以上児の基準です。

## クリスマスケーキ作りについて

今月幼稚園では19日(金)、保育園は18日(木)にクリスマスケーキのデコレーションを子どもたちにもらいます。デコレーションのなかで食べさせたくないものがありましたら事前に担任までお知らせください。

### 【デコレーション内容】

生クリーム シリアル みかん缶詰 チョコスプレー  
【当日持ってきてください】  
スプーン フォーク



## お楽しみ給食について

12月9日(火)は、お楽しみ給食の日です。

すきなものを選んで食べてくださいね!

☆ 生クリームパン or ☆ 莓ジャムパン

172kcal 126kcal

☆ 牛肉コロッケ or ☆ 鮭とチーズのソフトカツ

145kcal 123kcal

