



令和7年12月 学校給食予定献立表 (幼稚園)

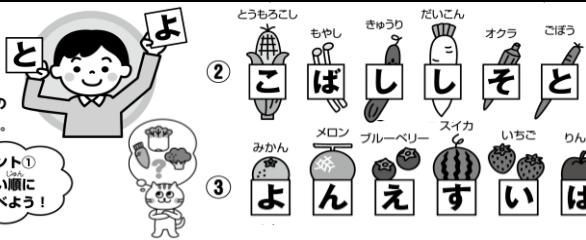
※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちようしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
1	月	ごはん ぎゅうにゅう ◆とりにくとれんこんのゆずみそがらめ けんちんじる ★フルーツクリーム	ごはん でんぶん あぶら さとう さといも ホイップクリーム	ぎゅうにゅう とりにく みそ とうふ あぶらあげ	れんこん たまねぎ にんじん さやいんげん だいこん ねぎ ごぼう しめじ こんにゃく もも みかん パイン ゆず	462 17.6
2	火	ごはん ぎゅうにゅう みそだいがくいも ◆れんこんのこうみいため はっぽうさい	ごはん さつまいも あぶら さとう ごまあぶら でんぶん	ぎゅうにゅう あかみそ ぎゅうにく ぶたにく	れんこん こまつな しろねぎ ににく しょうが はくさい たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ チンゲンサイ	442 12.6
3	水	ごはん ぎゅうにゅう にしんのごまあまだれ ねぎじゃが かすじる	ごはん でんぶん さとう ごま じゃがいも あぶら さといも さかけす	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ しろみそ にしん ちくわ	しろねぎ にんじん だいこん こんにゃく なましいたけ ごぼう ねぎ	434 20.5
4	木	パン ぎゅうにゅう りんごジャム しろみざかなのマスタードやき ブロッコリーのレモンサラダ かぶのスープ	パン マヨネーズ さとう あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう チキンハム とりにく ホキ	ブロッコリー キャベツ コーン レモン かぶ はくさい たまねぎ えのきだけ さやいんげん にんじん りんご	445 19.9
5	金	まめとふゆやさいのカレーライス ぎゅうにゅう ウインナーのソテー ◆こんにゃくサラダ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー ツナ だいす いんげんまめ きんときまめ	たまねぎ かぶ こまつな コーン ににく しょうが カリフラワー にんじん こんにゃく きゅうり	444 17.2
8	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのモロヘイヤあげ ◆カレーきんぴら あんこうなべじる	ごはん でんぶん あぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あんこう とうふ あぶらあげ あかみそ みそ	ににく ごぼう こんにゃく にんじん あおピーマン はくさい なましいたけ こまつな しろねぎ モロヘイヤ	454 21.1
9	火	ごはん ぎゅうにゅう あげぶりだいこん ほうれんそうのごまあえ ぶたじる	ごはん でんぶん あぶら さとう ごま さといも	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし とうふ みそ あぶらあげ ぶり	しょうが だいこん チンゲンサイ ほうれんそう はくさい もやし かぶ にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	420 16.9
10	水	ごはん ぎゅうにゅう おろしハンバーグ こまつなのツナあえ さつまいものみぞしる	ごはん さとう さつまいも じゃがいも でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ わかめ ツナ	だいこん ねぎ こまつな もやし かぶ ごぼう にんじん たまねぎ えのきだけ	435 15.8
11	木	パン ぎゅうにゅう スペインふうオムレツ ◆れんこんのマヨネーズあえ ポークピーンズ	パン マヨネーズ でんぶん さとう あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう たまご チキンハム ぶたにく だいす とりにく	れんこん キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー トマト ほうれんそう	469 18.1
12	金	行事食【クリスマス】 ごはん ぎゅうにゅう とりにくのスペイシーやき カラフルサラダ しろねぎポタージュ クリスマスケーキ	ごはん ごま じゃがいも あぶら さとう こめこ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ わかめ ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	ににく ブロッコリー だいこん コーン あかパプリカ パセリ たまねぎ にんじん しろねぎ	489 19.9
15	月	ごはん ぎゅうにゅう さばのヤンニョムかけ だいこんのナムル キムチチゲ	ごはん ごま さとう ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう やきぶた ぶたにく とうふ みそ さば	しろねぎ ににく しょうが だいこん ほうれんそう たまねぎ はくさいキムチ にんじん もやし こまつな にら ゆず	454 19.9
16	火	ごはん ぎゅうにゅう たいしねぎみそタケどん(セルフ) くろまめポテトサラダ ばちじる	ごはん さとう でんぶん ごまあぶら じゃがいも マヨネーズ そうめんパチ	ぎゅうにゅう ぶたにく くろまめ ツナ ちくわ あぶらあげ みそ	たけのこ ねぎ しょうが きゅうり にんじん だいこん ほししいたけ	435 14.9
17	水	ごはん ぎゅうにゅう まつかぜやき ★ひじきとツナのいために だいこんのみぞしる	ごはん でんぶん さとう ごまあぶら さといも	ぎゅうにゅう ぶたにく おから あおのり ひじき ツナ とうふ みそ あぶらあげ わかめ	たまねぎ しょうが にんじん さやいんげん だいこん こまつな なましいたけ ねぎ	433 19.8
18	木	きなこパン ぎゅうにゅう にくだんごのあまずいため ビーフンサラダ ちゅうなかスープ	パン あぶら でんぶん ビーフン マヨネーズ ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう きなこ チキンハム ぶたにく とりにく	たまねぎ はくさい あおピーマン きくらげ にんじん ほししいたけ えのきだけ もやし きゅうり にら	475 16.9
19	金	行事食【冬至】 ごはん ぎゅうにゅう とりにくのしようがやき ★◆きりぼしだいこんのはりはりサラダ とうじうどん みかん	ごはん さとう うどん	ぎゅうにゅう とりにく みそ ぶたにく あぶらあげ いとかんてん わかめ ツナ	しょうが きりぼしだいこん ねぎ かぼちゃ だいこん れんこん にんじん ほししいたけ みずな ゆず みかん	444 18.0

ならびかえクイズ

言葉のならびかえクイズです。ヒントを見て順番にならべると、食事や12月の食べ物に関する言葉になります。最初はヒントを見ないで考えてみましょう。

- ① た ま い す だ き
- キヤベツ なす はくさい ピーマン ブロッコリー にんじん



ヒント①
長い順にならべよう！

ヒント②
長い順にならべよう！

ヒント③
長い順にならべよう！

こたえ
キヤベツ なす はくさい ピーマン ブロッコリー にんじん

ヒント④
長い順にならべよう！

ヒント⑤
小さい順にならべよう！

*野菜や果物に関しては、平均的なサイズを基準にしています。