

令和7年 12月 給食献立表

【今月の目標】・・・たくさん食べて風邪をひかないようにしましょう。

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1	月	ご飯	春巻き ひじきの煮物 イエローシチュー	牛乳/さつま芋の甘煮	牛乳/お好み焼き/果物
2	火	パン	皿うどん ウィンナーの卵とじ オニオンスープ	牛乳/煮りんご	牛乳/青菜のおにぎり/果物
3	水	ご飯	魚のトマトソースがけ マカロニサラダ 肉団子汁	牛乳/ゆで卵	ヤクルト/いきなり団子/果物
4	木	ご飯	えびしゅうまい 五目きんぴら 豆腐の味噌汁	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/フライドポテト/果物
5	金	ご飯	カレーライス ヨーグルトサラダ	牛乳/黄粉団子	牛乳/サクサククッキー/果物
6	土	わかめご飯	焼きそば にら玉 豆腐のすまし汁	牛乳/蒸しパン	牛乳/バナナマフィン
8	月	ご飯	チーズハンバーグ 白菜サラダ クリームシチュー	牛乳/卵焼き	牛乳/煮豆/果物
9	火	パン	南瓜グラタン トマトのマリネ 野菜スープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/かしわおにぎり/果物
10	水	ひじきご飯	魚の竜田揚げ 大根の梅サラダ さつま芋の味噌汁	牛乳/みたらし団子	ヤクルト/照り焼きチキンピザ/果物
11	木	ご飯	餃子 切り干し大根の煮物 わかめスープ	牛乳/チーストースト	牛乳/大学芋/果物
12	金	ご飯	コロッケ シーチキンサラダ きのこの味噌汁	牛乳/いりこの佃煮	牛乳/チヂミ/果物
13	土	ご飯	豚肉のピカタ ブロッコリーのごま和え 卵スープ	牛乳/南瓜煮	牛乳/牛乳くすもち/果物
15	月	ご飯	ささみのはさみ揚げ 野菜の土佐和え コーンクリームシチュー	牛乳/大豆の甘辛煮	牛乳/フレンチトースト/果物
16	火	パン	のり塩チキン ジャガ芋のカレー炒め ちゃんぽん	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/雑炊/果物
17	水	ご飯	鮭のホイル焼き 南瓜サラダ かきたま汁	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/さつま芋とりんごの春巻き
18	木	ご飯	すき焼き ひじき入り卵焼き さつま汁	牛乳/じゃがバター	牛乳/大豆といりこの佃煮/果物
19	金	ご飯	すり身揚げ 春雨サラダ 豚汁	牛乳/ラスク	牛乳/ゆで卵/果物
20	土	ごまご飯	ビーフン炒め 卵サラダ コーンスープ	牛乳/ふかし芋	牛乳/鮭しそおにぎり/果物
22	月	ご飯	メンチカツ 和風サラダ 白菜シチュー	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/あんまん/果物
23	火	人参ご飯	鶏のごま焼き コールスローサラダ 肉ゴボウうどん	牛乳/焼きりんご	牛乳/ポテトチップス/果物
24	水	ご飯	魚のおろし煮 野菜の納豆和え 豆乳味噌スープ	牛乳/牛乳くすもち	牛乳/クリスマスケーキ/果物
25	木	誕生会	オムライス 照り焼きチキン ミモザサラダ ペンネグラタン ポトフ	牛乳/菓子	牛乳/カスタードアップルパイ
26	金	ご飯	タルタル卵の肉巻き ミックスごまめ きのこの味噌汁	牛乳/こふき芋	牛乳/梅が枝餅/果物
27	土	ご飯	麻婆豆腐 南瓜サラダ 大根のスープ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/ホットケーキ/果物



レンジで簡単カスタード

＜材料＞2人分
牛乳 200ml
小麦粉 大さじ2
グラニュー糖 大さじ2
卵黄 2個

＜作り方＞

- ①大き目の耐熱ボウルに小麦粉とグラニュー糖をふるい入れ、牛乳を少しずつ加えながらよく混ぜる。
- ②ラップをふんわりかけ600Wのレンジで1分30秒加熱する。
- ③レンジから取り出したら素早く泡だて器で混ぜる。
- ④再度ラップをふんわりかけ600Wのレンジで1分30秒加熱する。
- ⑤泡だて器で混ぜながら溶いた卵黄を加え、再度ラップをふんわりかけ600Wのレンジで30秒加熱し混ぜ合わせる。
- ⑥バットに薄く広げ冷めるまで冷やしたら完成。