

**いつき 2025年12月献立表(前半)**※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

		肉	エネルギー (kcal)	魚	エネルギー (kcal)	丼物	エネルギー (kcal)	ルウ物	エネルギー (kcal)	麺類	エネルギー (kcal)
1	月	チキンカツ がんもの煮物 小松菜のピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	613	白身魚の酒蒸し がんもの煮物 小松菜のピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	508	はいから丼 がんもの煮物 小松菜のピーナツ和え 汁物 漬物	550	ビーフシチュー がんもの煮物 小松菜のピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	694	なめこおろしにゅう麺 がんもの煮物 小松菜のピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	482
2	火	豆腐のそぼろあん さつま芋の煮物 白菜の浅漬け風 ご飯 汁物 漬物	620	赤魚のつけ焼き さつま芋の煮物 白菜の浅漬け風 ご飯 汁物 漬物	522	豚丼 さつま芋の煮物 白菜の浅漬け風 汁物 漬物	562	ビーフシチュー さつま芋の煮物 白菜の浅漬け風 ご飯 汁物 漬物	688	五目きしめん さつま芋の煮物 白菜の浅漬け風 ご飯 汁物 漬物	428
3	水	豚肉と白菜の旨煮 チンゲン菜の炒め物 カリフラワーサラダ ご飯 汁物 漬物	557	アジフライ チンゲン菜の炒め物 カリフラワーサラダ ご飯 汁物 漬物	678	焼肉丼 チンゲン菜の炒め物 カリフラワーサラダ 汁物 漬物	599	ビーフシチュー チンゲン菜の炒め物 カリフラワーサラダ ご飯 汁物 漬物	680	クリームパスタ チンゲン菜の炒め物 カリフラワーサラダ ご飯 汁物 漬物	562
4	木	牛肉のしぐれ煮 大根の味噌掛け 春菊のおかか和え ご飯 汁物 漬物	573	鯖の塩焼き 大根の味噌掛け 春菊のおかか和え ご飯 汁物 漬物	510	木の葉丼 大根の味噌掛け 春菊のおかか和え 汁物 漬物	480	カレーライス 大根の味噌掛け 春菊のおかか和え 汁物 漬物	600	関西風うどん 大根の味噌掛け 春菊のおかか和え ご飯 汁物 漬物	401
5	金	豚肉の生姜焼き 卵の花 インゲンのごま味噌和え ご飯 汁物 漬物	592	めばるのべっ甲煮 卵の花 インゲンのごま味噌和え ご飯 汁物 漬物	519	麻婆丼 卵の花 インゲンのごま味噌和え 汁物 漬物	549	カレーライス 卵の花 インゲンのごま味噌和え 汁物 漬物	673	とんこつラーメン 卵の花 インゲンのごま味噌和え ご飯 汁物 漬物	487
6	土	鶏肉のネギソース 高野豆腐の卵とじ ごぼうサラダ ご飯 汁物 漬物	604	鰯の竜田揚げ 高野豆腐の卵とじ ごぼうサラダ ご飯 汁物 漬物	638	ビビンバ丼 高野豆腐の卵とじ ごぼうサラダ 汁物 漬物	709	カレーライス 高野豆腐の卵とじ ごぼうサラダ 汁物 漬物	672	五目あんかけそば 高野豆腐の卵とじ ごぼうサラダ ご飯 汁物 漬物	518
8	月	豚肉の野菜炒め 里芋の煮ころがし 白菜の塩昆布和え ご飯 汁物 フルーツ	628	鯖のみりん焼き 里芋の煮ころがし 白菜の塩昆布和え ご飯 汁物 フルーツ	559	焼肉丼 里芋の煮ころがし 白菜の塩昆布和え 汁物 フルーツ	582	肉団子のシチュー 里芋の煮ころがし 白菜の塩昆布和え ご飯 汁物 フルーツ	700	カレーきしめん 里芋の煮ころがし 白菜の塩昆布和え ご飯 フルーツ	447
9	火	チキン南蛮 春菊のおかか炒め もやしのゆかり和え ご飯 汁物 フルーツ	666	アジの生姜煮 春菊のおかか炒め もやしのゆかり和え ご飯 汁物 フルーツ	468	衣笠丼 春菊のおかか炒め もやしのゆかり和え 汁物 フルーツ	508	肉団子のシチュー 春菊のおかか炒め もやしのゆかり和え ご飯 汁物 フルーツ	682	明太子パスタ 春菊のおかか炒め もやしのゆかり和え ご飯 汁物 フルーツ	506
10	水	牛肉の柳川風 ほたて風味フライ わかめサラダ ご飯 汁物 フルーツ	673	タラの更紗蒸し ほたて風味フライ わかめサラダ ご飯 汁物 フルーツ	536	豚丼 ほたて風味フライ わかめサラダ 汁物 フルーツ	624	肉団子のシチュー ほたて風味フライ わかめサラダ ご飯 汁物 フルーツ	787	とろろうどん ほたて風味フライ わかめサラダ ご飯 フルーツ	474
11	木	豚肉のみぞれあん 小松菜の煮浸し 温泉卵 ご飯 汁物 フルーツ	574	しらす丼 小松菜の煮浸し 温泉卵 ご飯 汁物 フルーツ	468	麻婆春雨丼 小松菜の煮浸し 温泉卵 汁物 フルーツ	559	ひき肉のカレー 小松菜の煮浸し 温泉卵 汁物 フルーツ	678	焼きそば 小松菜の煮浸し 温泉卵 ご飯 汁物 フルーツ	481
12	金	チキンステーキ ナスの田舎煮 はりはりサラダ ご飯 汁物 フルーツ	653	白身魚の野菜あんかけ ナスの田舎煮 はりはりサラダ ご飯 汁物 フルーツ	610	中華丼 ナスの田舎煮 はりはりサラダ 汁物 フルーツ	589	ひき肉のカレー ナスの田舎煮 はりはりサラダ 汁物 フルーツ	728	きつねそば ナスの田舎煮 はりはりサラダ ご飯 フルーツ	497
13	土	肉団子のトマト煮 キャベツソテー マカロニサラダ ご飯 汁物 フルーツ	675	赤魚の幽庵焼き キャベツソテー マカロニサラダ ご飯 汁物 フルーツ	552	たまご丼 キャベツソテー マカロニサラダ 汁物 フルーツ	588	ひき肉のカレー キャベツソテー マカロニサラダ 汁物 フルーツ	743	かきたまにゅう麺 キャベツソテー マカロニサラダ ご飯 フルーツ	580
15	月	そぼろ丼 切り干し大根煮 さつまいもサラダ ご飯 汁物 漬物	653	カニクリームコロッケ 切り干し大根煮 さつまいもサラダ ご飯 汁物 漬物	761	中華丼 切り干し大根煮 さつまいもサラダ 汁物 漬物	605	シーフードカレー 切り干し大根煮 さつまいもサラダ 汁物 漬物	712	和風パスタ 切り干し大根煮 さつまいもサラダ ご飯 汁物 漬物	623