

令和7年度 12月分 学校給食献立表

** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **

В		m W				多母 A. 多母 A. 多母 A.	2 100000110000 300 125000 2000		
		おもに体をつくるもとにな	る(赤)	おもに体の)調子を整えるもとになる (緑)	おもにエネルギーのもと	になる(黄)	エネル	食塩相当
	献立名	1群(たんぱく質)	2群(無機質)	3群(ビタミン)	4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	6群(脂質)	ギー kcal	量g
曜	HJV 17 🗖	魚・肉・卵	牛乳•乳製品	緑黄色野菜	4 辞(こタミノ) その他の野菜・果物	穀類・いも類・その他の豆	油脂・種実	上段:小	上段: 小下段: 中
- E		大豆•大豆製品	小魚•海藻		との他の野朱・朱柳	類•砂糖	加加 俚天	下段:中	17FX - T
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
Ι,	赤魚のかす漬け		1 30			酒かす さとう		1	
1				<u> </u>		超か9 8とり		607	1.5
	小松菜のたくあんあえ		1	こまつな	もやし たくあん		ごま	752	1.8
月	けんちん汁	とり肉 油揚げ とうふ かつおぶし		にんじん	ごぼう だいこん ねぎ	さといも	ごま油	102	1.0
			-	10070	CI& 7 /2010/0 188		СКШ	1	
	ココア牛乳のもと					ココア牛乳のもと			
	りんごパン 牛乳		牛乳			りんごパン			
2	ハンバーグのトマトソースかけ	とり肉 豚肉	,	トマト	たまねぎ マッシュルーム しょうが にんにく	さとう	油	678	0.7
		<u> </u>		1, 4 1,			/III		
火	フルーツヨーグルトあえ		ヨーグルト		パイン みかん 黄桃 いちご	さとう		833	3.4
1	コンソメスープ	ベーコン		にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ				
			4-四	10,0070	11 19 7200142 0490				
3	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
3	いわしの梅煮	いわし	1	赤しそ	梅肉	さとう でんぷん		657	3.0
	ごぼうサラダ	ツナ		にんじん	ごぼう きゅうり	さとう	ごま	811	
水							Cd		0.1
	みそおでん	生揚げ はんぺん うずら卵 みそ		にんじん	だいこん こんにゃく	さといも さとう			
	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん			
4	ごまだんご(小1こ・中2こ)		乳成分				油ごま	COO	
						さとう いんげん豆 あずき 小麦 米粉	油 ごま	639	
*	バンバンジーサラダ	とり肉		ほうれんそう にんじん	もやし		棒々鶏ドレッシング	908	3.0
//	塩ラーメンスープ	豚肉 なると	わかめ	にんじん	キャベツ とうもろこし しなちく ねぎ		ごま油	1	
		から なるに		1270070	7 7 7 2 2 3 3 2 2 3 3 2 188	-3	しる温		
I _	ごはん 牛乳		牛乳	<u>L</u>	<u> </u>	ごはん	<u>[</u>		
5	ハヤシライス	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ エリンギ		ハヤシルウ	614	1.9
			†			ナヘナハナ		753	
金	スイートポテトサラダ	ポークハム	_	にんじん	きゅうり	さつまいも	マヨネーズ	103	<.0
I	オレンジ				オレンジ				1
	ごはん 牛乳		牛乳	—	· -	ごはん			
8		1	十孔				\		1
	厚焼きたまご	たまご		1		さとう でんぷん	油	610	
_	ゆかりあえ			しそ	きゅうり もやし			749	
月		LOR == '	 			D7) .		
	ひきずり	とり肉 豆腐 かまぼこ		にんじん	はくさい ねぎ こんにゃく	角ふ さとう	油		
	わかめごはん 牛乳		牛乳	わかめ		ごはん			1
0		かいさ	120	17/3 02			à th	1	
9	かじきフライ甘酢あんかけ	かじき				パン粉 小麦粉 でんぷん さとう	泄	735	3.1
	乙汁 提票×給食の時間	豚肉 とうふ 油揚げ 大豆	煮干し	にんじん	だいこん ごぼう ねぎ			911	3.8
火	あべ川もち(小3こ・中4こ)	豆乳 みそ かつおぶし	点10	1270070	12V1C/V CIAJ 140				0.0
	あべ川もち(小3で・中4で)	きなこ				米粉だんご さとう			
		2.00	井 図						
	サンドイッチバンズパン 牛乳		牛乳			サンドイッチバンズパン			
10	チキンタツタ揚げ	とり肉			しょうが	でんぷん	油		l
1 ' '	ボイルキャベツ				キャベツ			604	1.8
باد		9			イドハノ			751	2.3
水	タルタルソース	たまご					タルタルソース		
	かぼちゃの豆乳スープ	ベーコン 豆乳		かぼちゃ パセリ	たまわぎ		油	1	
-				3636 763	7C618C		/Ш		1
1,,	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
111	豚肉のしょうが焼き	ぶた肉			たまねぎ しょうが	さとう でんぷん	油	589	2.4
	即席漬け				きゅうり たくあん		ごま	721	2.8
木				<u> </u>			Cd	' _ '	2.0
	さつま汁	かつおぶし みそ	煮干し	にんじん	だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	さつまいも			
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
12	たらの幽庵焼き	た こ	1 30		ゆず				
_		たら			ゆず	さとう		566	1.6
_	ほうれんそうのねりごまあえ			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	ごま	718	1.9
金	かキャナン	とり肉 たまご かまぼこ		1-1101	わぜ このキャリ	~ / ~ /			
	かきたま汁	とうふ かつおぶし		にんじん	ねぎ えのきたけ	でんぷん			
	ごはん 牛乳	3,0, ,0 2 00,0,0	牛乳			ごはん			
15		7,10	750						
1.0	ぶりの照り焼き	ぶり				さとう 水あめ でんぷん		644	
月	ひじきの五目煮	大豆 ツナ さつま揚げ	ひじき	にんじん	えだまめ とうもろこし	さとう		795	3.1
			000	t				1	
-	白みそ仕立てのみそ汁	油揚げ みそ かつおぶし	 	こまつな	だいこん えのきたけ ねぎ	玉ふ	-		1
	ごはん 牛乳	1	牛乳	1		ごはん			1
16	和風コロッケ			1-111	n 4 = 4	じゃがいも さとう パン粉	ìф	1	
1	↑□黒−□リック	<u> </u>	<u> </u>	にんじん	れんこん	小麦粉でんぷん米粉	泄	609	
	大根と水菜のサラダ	ツナ かつおぶし		みずな	だいこん		梅ドレッシング	749	2.5
			 				, - , - , -	1	
_	えびだんご汁	えび団子 とうふ かつおぶし	<u> </u>	にんじん	ねぎ たまねぎ しめじ	ļ			1
	ソフトめん 牛乳	1	牛乳	1		ソフトめん			1
17	ミートソース	豚肉		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく		ブラウンルウ	633	3.3
		ניוינית	 			1		760	
水	カラフルソテー		<u> </u>	いんげん	とうもろこし		油	1,00	J 3.8
L	ナタデココフルーツ	1		Ī	パイン みかん 黄桃	ナタデココ			1
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			1
12	この/ サガ	0.7.ch	<u></u> ተታሀ	 					
1'	スタミナ丼の具	豚肉		にら にんじん	たまねぎ ごぼう しょうが にんにく	さとつ	ごま油	E00	1 4 ~
木	じゃこキャベツ		しらす干し		キャベツ たくあん		ごま ごま油	586	1.3
1		上の内 レニア		1-11/		lt スナル		711	1.5
	はるさめスープ	とり肉 とうふ	 '	にんじん		はるさめ			
	みかん	1		1	みかん				
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	T		
10		収力 レミア コ・コ	+	1- / 1 " /	++6+ 10+ 1 - 10 1- 11 1- 11			1	1
	マーボー豆腐	豚肉 とうふ みそ	<u> </u>	にんじん	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく	CC7 (WS)W	ごま油 香味塩ドレッシ	682	2.6
^	中華サラダ	とり肉		チンゲンサイ にんじん	もやし		香味塩ドレッシ	818	3.0
金		- > + 3					ング ごま	🗸	1
L	りんごヨーグルト		ヨーグルト	<u>L</u>	りんご				<u> </u>
	あいちの大根葉ごはん 牛乳		牛乳	大根葉		ごはん			
		ナルコ・コ	1 70	ハバ木	in the		 	00-	
22	さばのゆずみそ煮 冬雪流立	さば みそ			ゆず	さとう 米粉		602	
22	かぼちゃのごまあえ			かぼちゃ いんげん		さとう	ごま マヨネーズ		3.6
	17197 607 CRAV	とり肉 かつおぶし みそ	老工」						
			煮干し	に70070 ナンケンサイ	だいこん れんこん こんにゃく	-24.4	ごま油		1
	冬至の運汁	CON 11-7001010 03-5		•	Î.	I - 1 / .		-	1
	冬至の運汁	COM 25-200010 05-5	牛乳			ごはん			
	冬至の運汁 ごはん 牛乳		牛乳		にんにく しょうが		油		
月	冬至の運汁 ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ	とり肉	牛乳		にんにく しょうが	てんぷん	油		
月	冬至の運汁 ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ ブロッコリーのサラダ		牛乳	ブロッコリー	にんにく しょうが キャベツ		油 にんじんドレッシング	750	
月 23	冬至の運汁 ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ ブロッコリーのサラダ	とり肉	牛乳		キャベツ	でんぷん	にんじんドレッシング	1	
月 23	冬至の運汁 ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ プロッコリーのサラダ カレーライス	とり肉 豚肉	牛乳	ブロッコリーにんじん	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	でんぷん じゃがいも	にんじんドレッシング カレールウ 油	1	
月 23	冬至の運汁 ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ プロッコリーのサラダ カレーライス tレクトデザート 1:ココア&いちご味のカップケーキ	とり肉 豚肉	牛乳		キャベツ たまねぎ にんにく	でんぷん じゃがいも さとう 米粉 水あめ	にんじんドレッシング カレールウ 油 油	1	
月 23	冬至の運汁 ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ プロッコリーのサラダ カレーライス セレクトデザート 1:ココア&いちご味のカップケーキ	とり肉 豚肉	牛乳		キャベツ	でんぷん じゃがいも	にんじんドレッシング カレールウ 油	1	

※献立の内容は変わることがあります。

※本献立表は、全ての食材を記載しているものではありません。

※太字の食材は、大口町でとれたものです。