



# 令和7年12月分 小学校給食献立表



☆毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

給食回数16回 祖父江町学校給食センター

日	曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる(あか)		おもにからだのちようしをととのえる(みどり)		おもにエネルギーのもとになる(きいろ)		エネルギー(kcal)
			1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
1	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		693
		まぐろとだいすのみそがらめ	まぐろ だいす みそ				でんぶん こめこ さとう	あぶら	
		うめふうみあえ		あかしそ	たいこん きゅうり うめ				
		わかやまけん どさくわつ 和歌山県の特産物を つか こんで 使った献立	たまご かまぼこ とうふ	ほうれんそう	たまねぎ	でんぶん			
2	火	ソフトめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ソフトめん		634
		あんかけスパふうソフトめん	ワインナー	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ しめじ	さとう でんぶん			
		あつやきたまご	たまご			さとう			
		キャベツとももかぶのあえもの			ももかぶ キャベツ コーン	さとう			
3	水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		582
		マーボーかぶ	とうふ ぶたにく だいす みそ	にんじん	かぶ たまねぎ ほししいたけ にんにく しょうが ねぎ	さとう でんぶん	ごまあぶら		
		パンパンジーサラダ	とりにく	チンゲンサイ	もやし			パンパンジードレッシング	
		りんご			りんご				
4	木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		615
		てりやきドッグ	とりにく ぶたにく		たまねぎ	さとう こめこ でんぶん	ラード		
		キャベツソテー			キャベツ		あぶら		
		ジュリエンヌスープ	ペーパン	にんじん パセリ	たまねぎ たいこん	じゃがいも			
5	金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		601
		とうふステーキのあんかけ	とうふ たら だいす		キャベツ	さとう でんぶん	あぶら		
		れんこんのきんぴら	はんぺん	にんじん さやいんげん	れんこん こんにゃく	さとう	ごまあぶら		
		だまこじる	とりにく		ごぼう しめじ たいこん ねぎ	だまこもち			
8	月	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		656
		カレー	ぶたにく	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく ショウガ	じゃがいも	ルウ		
		ふゆやさいのシャキシャキサラダ		にんじん みずな	ごぼう		ごまだれッシング		
		ヨーグルト		ヨーグルト					
9	火	しらたまうどん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			しらたまうどん		611
		ごもくうどん	とりにく あぶらあげ かまぼこ	にんじん ほうれんそう	ねぎ たまねぎ ほししいたけ				
		ちくわのおこのみあげ(2c)	ちくわ	あおのり	しょうが	こむぎこ	あぶら		
		かおりあえ		こまつな だいこんば	はくさい				
10	水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	624	
		みそおでん	ぶたにく うずらたまご はんぺん みそ	にんじん	だいこん こんにゃく	さといも さとう	いなざわしまんとくべつきいばいまい 稲沢市産特別栽培米		
		ごぼういりつくね(2c)	とりにく		ごぼう たまねぎ	さとう			
		のりすあえ	ツナ	のり	チンゲンサイ	もやし	さとう		
11	木	こがたロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		646
		やきそば	ぶたにく ちくわ かつおぶし	あおのり	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが	やきそばめん	あぶら		
		あいちのワインナー	ワインナー						
		とうにゅうあんにんどうふ			もも パイン	とうにゅうあんにんどうふ さとう りんごゼリー			
12	金	わかめごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう わかめ			こめ		644
		こんさいコロッケ			れんこん	じゃがいも こめこパンこ	あぶら		
		ひじきのいたために	ツナ	ひじき こんぶ	にんじん コーン グリンピース	さとう	ごまあぶら		
		ちゃんこじる	とりにく やきどうふ		たまねぎ キャベツ ねぎ はくさい えのきだけ	でんぶん			
15	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		656
		いわしのしょうがに	いわし				さとう		
		いんげんのごまあえ		さやいんげん	もやし		さとう ごま		
		だいこんとぶたにくのもの	ぶたにく ちくわ	にんじん	だいこん しょうが	さといも さとう			
16	火	ちゅうかめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		610
		やさいたっぷりしおラーメン	ぶたにく なると	にんじん	もやし はくさい たけのこ たまねぎ にんにく ねぎ				
		はるまき	ぶたにく	にんじん	キャベツ もやし	こむぎこ	あぶら		
		きりぼしだいこんのちゅうかあえ		ほうれんそう	きりぼしだいこん コーン	さとう	ごまあぶら		
17	水	ごはん ぎゅうにゅう	魚	ぎゅうにゅう			こめ		542
		わかさぎからあげあおのりふうみ	わかさぎ	あおのり				あぶら	
		おかかあえ	かつおぶし		もやし	さとう			
		キムチぶたじる	ぶたにく みそ あぶらあげ	にんじん	だいこん ごぼう はくさいキムチ ねぎ	さといも			
18	木	クロスロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		588
		パンプキンアンサンブルエッグ	たまご とりにく	かぼちゃ					
		リボンパスタのサラダ		ほうれんそう	コーン キャベツ	マカロニ	コールスロードレッシング		
		ひじきのいたために	ウインナー だいす	にんじん パセリ	たまねぎ はくさい かぶ	じゃがいも			
19	金	げんまいごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ げんまい		644
		とりにくのハーブやき	とりにく	ハジル			オリーブオイル		
		はなやさいサラダ		ブロッコリー	カリフラワー コーン	さとう	あぶら		
		いなざわなすのプラウンシチュー	ぶたにく	にんじん	にんにく なす たまねぎ	じゃがいも	ルウ		
22	月	セレクトデザート					いちごプリン チョコケーキ		594
		だいこんばごはん ぎゅうにゅう		きゅうにゅう	だいこんば	こめ			
		かぼちゃコロッケ	とりにく	かぼちゃ		パンこ こむぎこ	あぶら		
		ゆずかあえ		みずな	もやし ゆず	さとう			
		こんさいみそしる	とうふ みそ	にんじん	れんこん こんにゃく だいこん ねぎ				

★「ふゆ」がしゅんのしょくざいをさがしてみよう★

※都合により、献立内容が変更になることがあります。

