



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のになる（あか）		おもにからだのちょうしをとのえる（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	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん こざかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いちも・さとう	ゆし・しゅじつ	
1月	ごはん	ぎゅうにゅう				こめ		693
	まぐろとだいずのみそがらめ	まぐろ だいず 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	だいこん きゅうり うめ			
	かきたまじる	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				ソフトめん		634
	あんかけスパふうソフトめん	ウィンナー		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				こめ		582
	マーボーかぶ	とうふ ぶたにく だいず 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				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	
	シュリエンスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ だいこん	じゃがいも		
5金	ごはん	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 だいず			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 だいこん ねぎ	だまこもち		
8月	むぎごはん	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 しょうが	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 みすな	ごぼう		ごまドレッシング	
	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				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（2こ）	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				こめ		624
	みそおでん	ぶたにく うすらたまご 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		
	ごぼういりつくね（2こ）	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				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	
	あいちのウィンナー	ウィンナー						
	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	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				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				ちゅうかめん		610
	やさいたっぷりしおラーメン	ぶたにく なんと		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	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				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		こまつな	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				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	
	ふゆやさいのポトフ	ウィンナー だいず		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				こめ げんまい		644
	とりにくのハーブやき	とりにく		バジル			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	
	いなざわなすのブラウンシチュー	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		
	だいこんばごはん	ぎゅうにゅう		だいこんば		こめ		594
	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			みすな	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。