



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 稲沢東部学校給食調理場

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 ごさかな・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 いも・さとう	ゆし・しゅじつ	
1 月	ごはん りんご まぐろとだいのみそがらめ うめふうみあえ かきたまじる	まぐろ だいす みそ	ぎゅうにゅう			こめ		631
	<div>わかやまけん とくさんぶつ 和歌山県の特産物を こんだて 使った献立</div>	たまご かまぼこ とうふ		あかしそ	だいこん きゅうり うめ	でんぶん さとう	あぶら	
				ほうれんそう	たまねぎ	でんぶん		
2 火	ソフトめん りんご あんかけスパふうソフトめん わかさぎからあげあおのりふうみ ももかぶサラダ	ウインナー ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ マッシュルーム	さとう でんぶん	あぶら	657
		わかさぎ	あおのり		ももかぶ キャベツ コーン	さとう	あぶら	
3 水	ごはん りんご マーボーかぶ パンパンジーサラダ みかん	とうふ ぶたにく だいす みそ	ぎゅうにゅう	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	586
		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	
					みかん			
4 木	サンドイッチロールパン りんご てりやきハンバーグ ポイルキャベツ ジュリエヌスープ	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう		たまねぎ	パン		606
					キャベツ	さとう でんぶん こめ	ラード	
		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 りんご あつやきたまご ひじきのいために だまこじる	たまご	ぎゅうにゅう			こめ		594
		ツナ	ひじき	にんじん	コーン	さとう		
		とりにく			こんにゃく ごぼう しめじ だいこん ねぎ	さとう		
						だまこ		
8 月	むぎごはん りんご カレー ふゆやさいのシャキシャキサラダ りんご	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく	こめ おおむぎ	ルウ	644
				にんじん みすな	ごぼう コーン	じゃがいも	ごまドレッシング	
					りんご			
9 火	しらたまうどん りんご ごもくうどん ちくわのおこのみあげ（2こ） かおりあえ	とりにく あぶらあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん	ねぎ たまねぎ ほししいたけ	しらたまうどん		574
		ちくわ	あおのり		べにしょうが	こむぎこ	あぶら	
				こまつな だいこんば	はくさい			
10 水	ごはん りんご みそおでん ごぼういりつくね（2こ） ほうれんそうののりすあえ	ぶたにく うすらたまご はんぺん みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	だいこん こんにゃく	こめ	<div>いなざわしきんとくべつまいばいまい 稲沢市産特別栽培米</div>	621
		とりにく			ごぼう たまねぎ	さといも さとう		
		ツナ	のり	ほうれんそう	もやし	さとう		
11 木	こがたロールパン りんご やきそば ウインナー とうにゅうあんになんどうふ	ぶたにく ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ	パン		637
		ウインナー	あおのり			やきそばめん	あぶら	
					もも パイン りんご	とうにゅうあんになんどうふ		
12 金	わかめごはん りんご たらぎんがみやき れんこんのきんぴら ちゃんこじる	たら みそ	ぎゅうにゅう わかめ			こめ		586
		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	ノンエッグマヨネーズ	
		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	さとう	ごまあぶら	
						でんぶん		
15 月	ごはん りんご いわしのはっちょうみそに いんげんのごまあえ だいこんとぶたにくのにも	いわし みそ	ぎゅうにゅう			こめ		596
		ぶたにく ちくわ		さやいんげん	だいこん しょうが こんにゃく	さとう	ごま	
				にんじん		さといも さとう		
16 火	ちゅうかめん りんご やさいたっぷりしおラーメン はるまき きりぼしだいこんのちゅうかあえ	ぶたにく なんと	ぎゅうにゅう	にんじん	もやし はくさい たまねぎ にんにく ねぎ	ちゅうかめん		622
		ぶたにく		にんじん	キャベツ もやし	こむぎこ	あぶら	
				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 りんご とうふステーキのあんかけ おかかあえ キムチとんじる	とうふ たら だいす	ぎゅうにゅう		キャベツ	こめ		584
		かつおぶし		こまつな	もやし	さとう でんぶん	あぶら	
		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	さとう		
18 木	クロスロールパン りんご パンプキンアンサンブルエッグ リボンパスタのサラダ ふゆやさいのポトフ	たまご とりにく	ぎゅうにゅう	かぼちゃ		パン		661
				ほうれんそう	コーン	マカロニ	コールスロドレッシング	
		ウインナー ひよこまめ	にんじん		たまねぎ はくさい かぶ	じゃがいも		
19 金	げんまいごはん りんご とりにくのハーブやき はなやさいサラダ いなざわなすのブラウンシチュー セレクトデザート	とりにく	ぎゅうにゅう	パセリ バジル ブロッコリー	ロマネスコ コーン	こめ げんまい	オリーブオイル	694
		ぶたにく		にんじん	にんにく なす たまねぎ	じゃがいも	やさいドレッシング	
						ココアといちごのケーキ うんしゅうみかんゼリー はらじゅくドック	ルウ	
22 月	だいこんばごはん りんご かぼちゃコロッケ ゆずかあえ こんさいみそしる	とりにく	ぎゅうにゅう	だいこんば		こめ		605
	<div>おひき 冬至</div>	あつあげ みそ		かぼちゃ		パンこ こむぎこ	あぶら	
				みすな	もやし ゆず	さとう		
				にんじん	れんこん こんにゃく だいこん しめじ ねぎ			

★「ふゆ」がしゅんのしょくさ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。