



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とになる(あか)		おもにからだのちょうしをととのえる(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	
			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 ぎゅうにゅう まぐろとだいすのみそがらめ うめふうみあえ わかやまけん とくさんぶつ 和歌山県の特産物を かきたまじる わかさぎ さとう	まぐろ だいす みそ たまご かまぼこ とうふ	ぎゅうにゅう あかしそ ほうれんそう		だいこん きゅうり うめ たまねぎ	こめ でんぶん さとう でんぶん	あぶら あぶら	631
2	火	ソフトめん ぎゅうにゅう 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	ワインナー ベーコン わかさぎ	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ マッシュルーム	ソフトめん さとう でんぶん ももかぶ キャベツ コーン	あぶら あぶら さとう	657
3	水	ごはん ぎゅうにゅう 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 とりにく	ぎゅうにゅう にんじん チンゲンサイ		かぶ たまねぎ ほししいたけ にんにく しょうが ねぎ もやし みかん	こめ さとう でんぶん パンパンジードレッシング	ごまあぶら パンパンジードレッシング	586
4	木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう てりやきハンバーグ ポイルキャベツ ジュリエンヌスープ	ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん パセリ		たまねぎ キャベツ たまねぎ だいこん	パン さとう でんぶん こめこ じゃがいも	ラード	606
5	金	ごはん ぎゅうにゅう あつやきたまご ひじきのいたために だまこじる	たまご ツナ とりにく	ぎゅうにゅう ひじき にんじん		コーン こんにゃく ごぼう しめじ だいこん ねぎ	こめ さとう さとう だまこ		594
8	月	むぎごはん ぎゅうにゅう 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 にんじん みずな	にんじん にんじん みずな	たまねぎ グリンピース にんにく ごぼう コーン りんご	こめ おおむぎ じゃがいも ルウ ごまドレッシング		644
9	火	しらたまうどん ぎゅうにゅう ごもくうどん ちくわのおこのみあげ(2c) かおりあえ	とりにく あぶらあげ かまぼこ ちくわ	ぎゅうにゅう にんじん あおのり		ねぎ たまねぎ ほししいたけ べにしょうが こまつな だいこんば	しらたまうどん こむぎこ あぶら		574
10	水	ごはん ぎゅうにゅう みそおでん ごぼういりつくね(2c) ほうれんそうののりすあえ	ぶたにく うずらたまご はんべん みそ とりにく	ぎゅうにゅう にんじん のり		だいこん こんにゃく ごぼう たまねぎ ほうれんそう	こめ さといも さとう さとう	いなざわしきんとくべつきいばいまい 稲沢市産特別栽培米	621
11	木	こがたロールパン ぎゅうにゅう やきそば ワインナー とうにゅうあんにんどうふ	ぶたにく ちくわ ワインナー	ぎゅうにゅう あおのり にんじん		たまねぎ キャベツ もも パイン りんご	パン やきそばめん あぶら		637
12	金	わかめごはん ぎゅうにゅう たらのぎんがみやき れんこんのきんぴら ちゃんこじる	たら みそ はんべん とりにく やきどうふ	ぎゅうにゅう わかめ にんじん さやいんげん	にんじん さやいんげん	ねぎ たまねぎ キャベツ はくさい えのきたけ	こめ さとう さとう でんぶん	ノンエッグマヨネーズ ごまあぶら	586
15	月	ごはん ぎゅうにゅう いわしのはっちょみそに いんげんのごまあえ だいこんとぶたにくのもの	いわし みそ ぶたにく ちくわ	ぎゅうにゅう さやいんげん にんじん		だいこん しょうが こんにゃく	こめ さとう さとう さといも さとう	ごま	596
16	火	ちゅうかめん ぎゅうにゅう 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 なると ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん にんじん ほうれんそう		もやし はくさい たまねぎ キャベツ もやし きりぼしだいこん コーン	ちゅうかめん こむぎこ さとう さとう	あぶら あぶら	622
17	水	ごはん ぎゅうにゅう 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 かつおぶし ぶたにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう こまつな にんじん		キャベツ もやし だいこん ごぼう はくさいキムチ ねぎ	こめ さとう でんぶん さとう さといも	あぶら あぶら	584
18	木	クロスロールパン ぎゅうにゅう 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 ワインナー ひよこまめ	ぎゅうにゅう かぼちゃ ほうれんそう にんじん		コーン たまねぎ はくさい かぶ	パン マカロニ じゃがいも	コールスロードレッシング	661
19	金	げんまいごはん ぎゅうにゅう 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 ぶたにく	ぎゅうにゅう パセリ バジル プロッコリー		ロマネスク コーン にんにく なす たまねぎ	こめ げんまい オリーブオイル やさいドレッシング じゃがいも ルウ 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		694
22	月	だいこんばごはん ぎゅうにゅう 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 あつあげ みそ	ぎゅうにゅう かぼちゃ みずな にんじん		もやし ゆず れんこん こんにゃく だいこん しめじ ねぎ	こめ パンこ こむぎこ さとう	あぶら あぶら	605

★「ふゆ」かしゅんのしょくざいをさかしてみよう★

※都合により、献立内容が変更になることがあります。

