



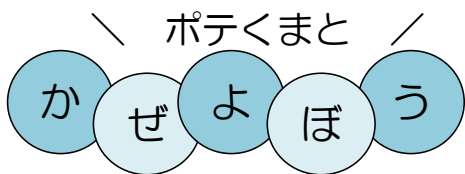
令和7年度 12月給食献立予定表



日	曜	主 食	牛乳	お か す	血や肉、骨や歯に なる食品 (赤)	熱や力のもとに なる食品 (黄)	からだの調子を 整える食品 (緑)	1杯 - kcal	1杯の質 と量
1	月	キムタクごはん	牛乳	あじフライ とうにゅうみそスープ ミニたいやき	牛乳 ふたにく アジ ウインナー とうにゅう	ごはん さとう あぶら さつまいも あんこ	にんじん はくさいキムチ せんざりだいこんづけ たまねぎ はくさい えのき	691	29.5
2	火	ごはん	牛乳	ちちぶみそだれカツ こまつなサラダ ひきやまだんごじる  ちちぶよまつり こんだて	牛乳 とりにく つな ぶたにく	ごはん さとう あぶら ごまあぶら じゃがいも	こまつな きゃべつ とうもろこし たまねぎ にんじん ニら にんにく	609	20.4
5	金	じごなうどん	牛乳	わかめうどんのしる だいがくいも きりぼしだいこんのサラダ	牛乳 とりにく わかめ なると くきわかめ	うどん あぶら さとう さつまいも ごま わらうドレッシング	にんじん たまねぎ ほうれんそう しいたけ だいこん きゅうり きりぼしだいこん	637	23.5
8	月	ごはん ☆ふりかけワカメ	牛乳	タラのあますあんかけ ほうれんそうのカツオあえ かきタマはるさめスープ	牛乳 わかめ たら かつおぶし とりにく たまご	ごはん あぶら はるさめ かたくりこ ごまあぶら	ほうれんそう きゃべつ りよくとうもやし たまねぎ ニら にんじん きくらげ	612	28.5
9	火	サンジの シーフードピラフ	牛乳	サニーごうバーグ かいがらマカロニ入りコンソメスープ ココヤシむらのみかん	牛乳 えび イカ あさり ベーコン ふたにく ウインナー	ごはん バター じゃがいも あぶら マカロニ	たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム にんにく きゃべつ とうもろこし みかん	613	26.7
10	水	コッペパン	牛乳	ポアロのミートソーススパゲティ くろのはんぺんフライ なぞドレサラダ	牛乳 ふたにく はんぺん	パン スパゲティ あぶら なぞドレッシング	にんじん たまねぎ ビーマン トマト きゃべつ フロccoli とうもろこし にんにく	678	26.2
11	木	ごはん	牛乳	チキンなんばん ☆タルタルソースつき 鬼(おに) オンチーズサラダ よもやもやなさつまじる	牛乳 とりにく チーズ あぶらあげ こうやどうふ	ごはん かたくりこ あぶら さとう さつまいも たまねぎドレッシング	しょうが きゃべつ たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ ぶなしめじ だいこん	647	27.3
12	金	ちゅうかめん	牛乳	ポニョのごもくハムラーメン ちひろのにくまん トロのやさいサラダ	牛乳 ふたにく ハム イカ ささみ	ちゅうかめん あぶら かたくりこ はくりきこ ちゅうかドレッシング ごまあぶら	はくさい ねぎ にんじん ニら りよくとうもやし きゃべつ きゅうり とうもろこし きくらげ	642	29.8
15	月	ごはん	牛乳	キムチなべ しょうろんぼう② はるさめサラダ	牛乳 ふたにく とうふ	ごはん ごまあぶら さとう はくりきこ はるさめ	にんにく はくさいキムチ はくさい りよくとうもやし だいこん にんじん ニら えのき きゃべつ だいずもやし	627	24.7
16	火	ごはん	牛乳	サバのさいきょうやき たくあんあえ きりたんぼじる	牛乳 サバ とりにく とうふ	ごはん あぶら きりたんぼ	せんざりだいこんづけ ほうれんそう りよくとうもやし にんじん こんにゃく ねぎ こまつな	675	26.6
17	水	フランスパン	牛乳	ソースインハンバーグ さいのくにサラダ ミネストローネ クリスマスケーキ  クリスマス こんだて	牛乳 ふたにく ひじき ベーコン	パン さつまいも さとう ノンエッグマヨネーズ マカロニ じゃがいも ケーキ	こまつな たまねぎ にんじん きゃべつ	634	21.1
18	木	ごはん	牛乳	とうじカレー フルーツミックスゼリー (みかん) パリッシュ とうじこんだて	牛乳 とりにく こさかな	ごはん カレールウ あぶら ゼリー	しょうが にんにく たまねぎ にんじん かほちゃ れんこん もも みかん パイン	643	20.0
19	金	バターロール	牛乳	クリスマスチキン グリーンサラダ ポトフスープ	牛乳 とりにく ウインナー	パン はくりきこ パンこ コーンフレーク あぶら じゃがいも	きゃべつ フロccoli えだめめ とうもろこし にんじん たまねぎ しょうが にんにく	608	28.5

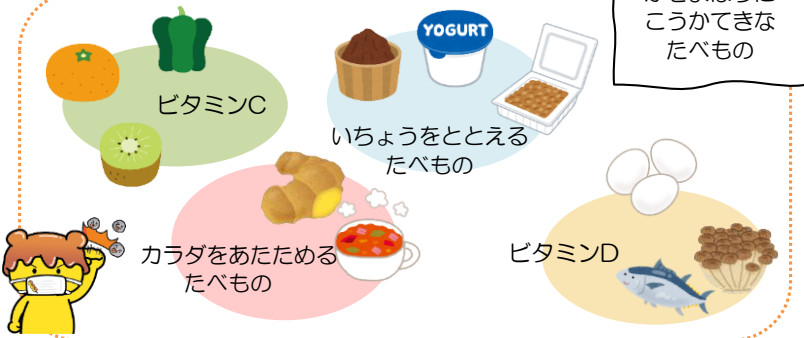
アニメきゅうしゅうしょくかん

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関する行事については、各学校のおたよりで確認してください。



ふゆは、インフルエンザやノロウイルスなどの
かんせんしょうにかかりやすくなります。
「ごはんのまえはてをあらう」「3しょくしっかりたべる」
「すききらいせすたべる」などできることから
かんせんよほうをしていくことがたいせつです。
げんきに2026年をむかえましょう！

かぜよぼうに
こうかてきな
たべもの



8日～12日は
「アニメきゅうしゅうしょくかん」です。
にほんのアニメぶんかは、
せかいじゅうへはってんしています。
この1しゅうかんは、にほんのだいひょうてきな
アニメとコラボしています。
くわしくはしょくいくだよりをごらんください！

