

令和7年 12月献立予定表

(18回) 台東育英小学校

日曜	こん だて めい 献 立 名	牛乳	からだ につくるもの 赤のなかま	ねつ ちから 熱や力になるもの 黄のなかま	ちようし どの 調子を整えるもの 緑のなかま	エネルギー たんぱく質 たんぱく質	日曜	こん だて めい 献 立 名	牛乳	からだ につくるもの 赤のなかま	ねつ ちから 熱や力になるもの 黄のなかま	ちようし どの 調子を整えるもの 緑のなかま	エネルギー たんぱく質 たんぱく質
1月	ごはん			精白米		580	15月	大豆のかき揚げ丼		大豆 青大豆	精白米 油 小麦粉 砂糖	玉葱 人参 ビーマン コーン	597
	れんこんハンバーグ	○	豚ひき肉 鶏ひき肉 調理用牛乳	油 パン粉	玉葱 れんこん			野菜の甘酢煮	○		砂糖	きゃべつ きゅうり 大根	
	野菜ソテー			油	人参 きゃべつ もやし			豚白菜のみそ汁		豚肉 みそ		人参 白菜	
	かぼちゃのみそ汁		みそ		かぼちゃ 玉葱 えのきたけ			焼きカレーパン		鶏ひき肉	丸パン 油 小麦粉 パン粉	しょうが セロリー 玉葱 人参	
2月	テーブルロール			テーブルロール		556	16火	ポトフ	○	ベーコン 豚肉	油 じゃがいも	セロリー 人参 玉葱 きゃべつ	556
	手作りりんごジャム	○		砂糖	りんご レモン			果物(紅まどんな)				紅まどんな	
	鶏肉とコーンの煮込み		豚肉	油 じゃがいも でんぶん	人参 玉葱 コーン			ごはん			精白米		
	スティック野菜			油 砂糖	人参 きゅうり 大根 玉葱			煮魚	○	赤魚	砂糖	しょうが	
3月	豚肉のブルコギ丼		豚肉	精白米 はちみつ ごま油	にんにく 玉葱 ビーマン もやし 人参	598	17水	青菜炒め	○	糸削り節	ごま油	人参 小松菜 もやし しめじ	564
	海藻サラダ	○	海藻ミックス	油 ごま油	きゃべつ 大根 玉葱			さつま汁		油揚げ 鶏肉 みそ	さつまいも	人参 大根 ごぼう	
	豆苗入り中華スープ		鶏肉 豆腐		しめじ 長ねぎ 豆苗			スパゲティナポリタン		ウインナー 粉チーズ	スパゲティ 油	玉葱 人参 マッシュルーム トマト缶 トマトピューレ ビーマン	
	ごはん			精白米				ひよこ豆のスープ	○	鶏肉 ひよこ豆		きゃべつ 玉葱	
4月	魚のムニエル	○	メルルーサ 粉チーズ	小麦粉 バター		548	18木	スイートポテト		調理用牛乳 生クリーム	さつまいも 砂糖 バター		579
	ブロッコリーソテー		ベーコン	油	人参 きゃべつ ブロッコリー			干住ねぎ入りすき焼き丼	○	豚肉 豆腐	精白米 油 砂糖 小町麴	人参 糸こんにゃく 長ねぎ えのきたけ	
	みそ汁		油揚げ わかめ みそ		玉葱 えのきたけ			きゃべつとかぶのみそ汁	○	油揚げ みそ		かぶ きゃべつ 玉葱	
	みそラーメン		豚ひき肉 みそ	蒸し中華麺 油 ごま油 ごま	にんにく しょうが 長ねぎ 人参 もやし コーン			果物(りんご)				りんご	
5月	青のりポテトビーンズ	○	大豆 青のり	でんぶん じゃがいも 油		664	22金	鶏団子入りほうとう		鶏ひき肉 みそ	でんぶん 冷凍うどん ごま油	ごぼう 人参 大根 白菜 長ねぎ しょうが かぼちゃ	612
	果物(紅マドンナ)				紅マドンナ			青菜のゆず香炒め	○	豚肉	砂糖 油	小松菜 もやし ゆず	
	きのこカレーライス		鶏ひき肉	精白米 油 じゃがいも バター 小麦粉	にんにく しょうが 玉葱 しめじ エリンギ まいたけ			ココア蒸しパン		調理用牛乳	小麦粉 砂糖 油		
	大根サラダ	○		油 砂糖	大根 きゅうり 人参 玉葱								
6月	不思議な目玉焼き		寒天 調理用牛乳	砂糖	黄桃缶	21.6	23土	ケチャップライス			精白米 油	人参 玉葱 ビーマン	669
	ごはん			精白米				フライドチキン	○	鶏肉	小麦粉 油		
	手作りさつま揚げ	○	たらすり身 いわしすり身 みそ スキミミルク	でんぶん ごま 油	人参 ごぼう 長ねぎ しょうが			ブロッコリーサラダ		チーズ	油 砂糖	コーン もやし きゅうり ブロッコリー 玉葱	
	おろし煮びたし		糸削り節		えのきたけ 大根 白菜 小松菜			ジュリアンスープ		ベーコン		玉葱 人参 きゃべつ	
7月	じゃがいものみそ汁		わかめ みそ	じゃがいも	玉葱	29.5	10火	アップルゼリー		寒天	砂糖	りんごジュース	24.9
	キムチチャーハン		豚肉	精白米 油	人参 冷凍キムチ(魚介なし) ビーマン			ケチャップライス			精白米 油	人参 玉葱 ビーマン	
	豆腐の中華煮	○	鶏肉 豆腐 みそ	油 砂糖 でんぶん ごま油	しょうが 人参 筍 しめじ 玉葱			ローストチキン	○	鶏肉	油 水あめ ざらめ 砂糖 でんぶん		
	果物(はれひめ)				はれひめ			ブロッコリーサラダ		チーズ	油 砂糖	コーン もやし きゅうり ブロッコリー 玉葱	
8月	フランスパン			フランスパン		524	23火	ジュリアンスープ	○	ベーコン		玉葱 人参 きゃべつ	664
	パンブキンシチュー	○	鶏肉	油 砂糖 バター 小麦粉	にんにく 玉葱 人参 トマト缶 かぼちゃ			つぶつぶオレンジゼリー		寒天	砂糖	オレンジジュース みかん缶	
	グリーンサラダ			油 砂糖	水菜 きゃべつ きゅうり 玉葱								
	ごはん			精白米									
9月	和風酢豚	○	豚肉	でんぶん じゃがいも 油 砂糖 ごま油	しょうが 人参 玉葱 しめじ ビーマン	620	24水	ジャンボ餃子	○	豚ひき肉	ぎょうざの皮 ごま油 でんぶん 小麦粉 油	にんにく しょうが なら 玉葱 きゃべつ	605
	かきたま汁		豆腐 卵	でんぶん	玉葱 ほうれん草			もやしと小松菜のごま酢			白ごま 砂糖	もやし 小松菜 人参	
								なめこ汁		豆腐 みそ		なめこ 長ねぎ	

※献立は、学校行事、その他の都合で変更することがあります。

※衛生管理上、果物以外の食材はサラダを含めてすべて加熱しています。

※料理名を右にたどると、その料理に使われている材料と働きがわかります。

※種実類(ごま・カカオ・栗を除く)、いくら、そば、キウイは使用していません。



23日は「セレクト給食」です



23火	ケチャップライス		精白米 油	人参 玉葱 ビーマン	669
	フライドチキン	○	鶏肉	小麦粉 油	
	ブロッコリーサラダ		チーズ	油 砂糖	
	ジュリアンスープ		ベーコン	玉葱 人参 きゃべつ	
23火	アップルゼリー		寒天	砂糖	24.9
	ケチャップライス			精白米 油	
	ローストチキン	○	鶏肉	油 水あめ ざらめ 砂糖 でんぶん	
	ブロッコリーサラダ		チーズ	油 砂糖	
24水	ジュリアンスープ	○	ベーコン	玉葱 人参 きゃべつ	664
	つぶつぶオレンジゼリー		寒天	砂糖	
	ごはん			精白米	
	ジャンボ餃子	○	豚ひき肉	ぎょうざの皮 ごま油 でんぶん 小麦粉 油	
24水	もやしと小松菜のごま酢			白ごま 砂糖	605
	なめこ汁		豆腐 みそ		

★6日(土) 展覧会(給食あり)

★22日(月) 冬至

★23日(火) セレクト給食