



# 小学校 12月分 学校給食献立表



令和7年度

鞍手町学校給食共同調理場

日	曜	こ ん だ て		主に体をつくる もとなる食品 (あか)	主に体の調子を整える もとなる食品 (みどり)	主にエネルギーの もとなる食品 (きいろ)	エネ ルギ (kcal)	ひとくちメモ
		主 食 等	副 食					
1	月	ごはん	○	ジャージャンどうふ ちゅうかあえ	あつあげ ぶたにく みそ、とりにく	にんじん トマト	594	★3日は大分県の 郷土料理です。と り天は、天ぷら粉 をつけたとり肉を 揚げたもので、さく さくとしていいい です。だんご汁は、 小麦粉をこねてう すく引きのばって います。「かぼす」は 大分県特産のかん きつ類で、さわや かな味わいと香り が特ちょうです。
2	火	しよくパン りんごジャム	○	クリームシチュー ツナサラダ	とりにく かつお	にんじん たまねぎ、しめじ キャベツ、きゅうり とうもろこし	524	
3	水	おおいだけんのりょうり ごはん	○	とりてん かぼすあえ だんごじる	とりにく あぶらあげ みそ	にんじん ねぎ	609	
4	木	ごはん	○	いわしのおかか わふうサラダ はるさめじる	かつおぶし かまぼこ とうふ	にんじん ほうれんそう	570	
5	金	しよくパン チョコだいずクリーム	○	スパゲティナポリタン だいこんとハムのマリネ	ぶたにく ハム	にんじん ピーマン トマト	626	
8	月	ごはん	○	にくだんごのすぶたふう ちゅうかスープ	とりにく ぶたにく	にんじん ピーマン チンゲンサイ	569	★12月22日は 「冬至」です。冬至 は、一年で一番夜 が長い日です。冬 至には、かぼちゃ を食べたり、ゆず 風呂に入ったりす る風習があります。 また、「運盛り」と いって「ん」がつく 食べ物を食べると 縁起が良いとされ ています。
9	火	しよくパン ソフトチーズ	○	ドライカレー コンソメスープ	ぶたにく だいず ベーコン	にんじん パセリ	547	
10	水	ごはん	○	おでん ゆかりあえ	とりにく、たこ たら、うずらたまご あつあげ	にんじん しそ	530	
11	木	ごはん	○	タラクリスピー きんぴらごぼう もつなべふうスープ	たら、てんぷら ぶたにく とうふ	にんじん にら	687	★19日は、フィン ランドの料理です。 フィンランドは、サ ンタクロースや ムーミンでおなじ みの国で、じゃが いも料理、乳製品 がよく食べられま す。「ロヒケイト」 は、「ロヒ」は、 「鮭」、「ケイト」 は「スープ」を表し ており、フィンラ ンドでよく食べられ ている家庭料理で す。また、ライ麦を使 ったパンがよく食べ られているそうで す。
12	金	せわりパン	○	ツナマヨサンド トマトオムレツ ミネストローネ	かつお たまご、ぶたにく ベーコン	にんじん トマト パセリ	547	
15	月	ごはん	○	ハンバーグのジャポネソースがけ ほうれんそうのごまあえ すましじる	ぶたにく、とりにく とうふ かまぼこ	ほうれんそう にんじん	609	
16	火	こくとうコッペパン	○	やきスパゲティ ひじきのサラダ	ぶたにく かつおぶし かまぼこ、ハム	にんじん きくらげ、たまねぎ キャベツ、もやし、えだまめ きゅうり、とうもろこし	587	
17	水	むぎごはん	○	ポークカレー ブロッコリーのサラダ	ぶたにく かつお だいず、いんげんまめ	にんじん トマト ブロッコリー	624	
18	木	ごはん	○	かぼちゃコロッケ ゆずのかおりあえ とうふとわかめのみそしる	とりにく とうふ、みそ あぶらあげ	かぼちゃ にんじん ねぎ	657	
19	金	フィンランドのりょうり ライむぎしよくパン ブルーベリージャム	○	ロヒケイト キャロットサラダ	さけ	にんじん パセリ	514	
22	月	ごはん	○	チキンライスのぐ スクランブルエッグ やさいスープ セレクトデザート	とりにく たまご ベーコン	にんじん グリーンピース トマト パセリ	711	

★都合により、献立及び材料の一部を変更することがあります。

★12月の鞍手町の地場産物は「白菜・大根・キャベツ・ブロッコリー」を予定しています。

★学校行事による給食の中止日が各校、各学年で異なりますので、学校のお知らせ等でご確認ください。



12/22  
セレクトデザート

前もって自分で選んだ  
デザートが登場します♪  
お楽しみに!

