

《2025年12月分 学校給食 献立及び材料表》 小学校中学年 関市学校給食センター (単位:グラム)

日	12月1日 月	12月2日 火	12月3日 水	12月4日 木	12月5日 金	12月8日 月	12月9日 火	12月10日 水	12月11日 木	12月12日 金
献立及び	麦ごはん	麦ごはん	コッペパン	麦ごはん	麦ごはん	中華麺	コッペパン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん
（小学校中学年）	精米 70	精米 70	普通パン(粉55g) 55	精米 70	精米 70	中華麺 180	普通パン(粉55g) 55	精米 70	精米 70	精米 70
	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7	米粒麦 7
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml
	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	あじフリッター	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	きなこ揚げパン	ボテグラタン	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206
	ひらまさの照り焼き	鶏肉の生姜焼き	あじフリッター 40	焼きギョウザ	ささみのから揚げゆずソース	さわらのみそネーズかけ	卵なしロールパン 30	ボテグラタン 50	大豆ハンバーグ・梅風味だれ	とんかつ
	ひらまさ照り漬け 40	鶏もも肉 60	なたね油 4	焼きギョウザ 36	鶏ささみ 50	さわらうす塩 50	なたね油 3	チリコンカン	大豆ハンバーグ 50	とんかつ 40
	すまし汁	こいくちしょうゆ 3	トマト煮込みスープ	マーボー豆腐	料理酒 1.5	三温糖 2.2	きなこ 3	なたね油 0.25	三温糖 1	なたね油 4
	水 130	おろししょうが 1	なたね油 0.25	なたね油 0.25	かたくり粉 3.5	粉からし 0.08	グラニュー糖 5	おろしにんにく 0.2	うすくちしょうゆ 2	関東煮
	乾しいたけ 0.3	料理酒 1	豚もも肉 20	おろしにんにく 0.4	米粉 1.5	米みそ 2	塩 0.05	豚ミンチ 25	料理酒 0.5	水 100
	かまぼこ 10	みりん 1.2	たまねぎ 40	おろししょうが 0.4	なたね油 5	卵不使用マヨネーズ大袋	みそラーメン汁 4	にんじん 15	梅ジャム 4.5	液体だし 1.5
	豆腐 30	三温糖 1	にんじん 15	トウバンジヤン 0.2	三温糖 2.5	こいくちしょうゆ 1	水 120	たまねぎ 20	かたくり粉 0.1	だいこん 40
	うすくちしょうゆ 5	米粉 0.8	じゃがいも 35	豚ミンチ 20	穀物酢 1	にんじん 15	こしょう 0.01	みぞれ汁 1	にんじん 15	にんじん 15
	さば節だしパック 2	なたね油 0.5	白いんげん豆 10	たまねぎ 40	みりん 1	水 1	ミックスみそ 4	白いんげん豆 30	水 110	こんにゃく 15
	乾燥わかめ 0.5	さつまいものみそ汁	スープストック 1	にんじん 15	ゆず果汁 1	たぬき汁 1	料理酒 0.9	レンズ豆 20	だいこん 20	角切りこんぶ 0.8
	ねぎ 5	たまねぎ 20	塩 0.35	たけのこ 10	孫六みそ汁 10	なたね油 0.25	みそラーメンスープの素 11	とうもろこし 10	白菜 20	こいくちしょうゆ 4
	肉じゃが	さつまいも 20	水 100	水 20	水 110	おろししょうが 0.3	はんぺん 10	水 15	油揚げ 3	みりん 1
	なたね油 0.3	水 110	トマトピューレー 6	三温糖 1	にんじん 10	にんじん 15	りよくどうもやし 40	ウスターソース 6	ミックスみそ 8	丸はんぺん 15
	豚もも肉 20	油揚げ 3	トマトケチャップ 7	塩 0.12	さといも 15	こんにゃく 20	乾燥わかめ 0.5	トマトケチャップ 9	溶き水 13	厚揚げ(大) 25
	たまねぎ 20	麦みそ 3.5	ウスターソース 2	中華だし 1	豆みそ 3	ミックスみそ 3.5	油揚げ 3	トマトピューレー 10	液体だし 1.1	赤しそえ
	（小学校中学年）	ミックスみそ 5	フルーツ杏仁	豆みそ 3	孫六みそ 5	水 130	さつまいも 20	白菜サラダ 5	豆腐 30	キャベツ 15
	じやがいも 50	溶き水 13	みかんレトルト 20	こいくちしょうゆ 3.3	孫六みそ 5	ごぼう天 15	じやがいも 20	白菜 40	ねぎ 5	りよくどうもやし 25
	三温糖 2.8	液体だし 1.1	パンアブルレトルト 20	料理酒 2	溶き水 13	こいくちしょうゆ 3.5	むき枝豆 5	ひじきの煮物 3	こまつな 5	こまつな 5
	みりん 1	豆腐 20	黄桃レトルト 20	冷凍豆腐 60	液体だし 1.1	豆腐 20	液体だし 1.2	なたね油 0.25	なたね油 0.25	赤しそ粉 0.6
	こいくちしょうゆ 4.5	浦上そぼろ	豆乳ダイスゼリー 30	かたくり粉 1	溶き水 4.5	こまつな 10	かたくり粉 0.6	乾燥わかめ 0.5	にんじん 10	塩 0.1
	液体だし 0.5	なたね油 0.25	なたね油 0.25	溶き水 5	ねぎ 5	れんこんとごぼうのきんぴら 5	溶き水 5	ごまドレッシングボトル 8	長ひじき 5	あまみそ 15
	こんにゃく 5	豚もも肉 6	ごぼう 12	ごま油 0.3	なたね油 0.25	塩 0.3	三温糖 1	三温糖 1.6	三温糖 1.6	個食あまみそ 15
	ごぼう 12	にんじん 9	にんじん 14	もやしのサラダ	ごぼう 25	ねぎ 5	なたね油 0.25	なたね油 0.25	ひじきの煮物 3	こまつな 5
	三温糖 1	りよくどうもやし 30	大豆もやし 10	りよくどうもやし 30	れんこん 20	かぼちゃのそぼろ煮 5	なたね油 0.25	なたね油 0.25	なたね油 0.25	赤しそ粉 0.6
	こいくちしょうゆ 1.8	みりん 0.6	きゅうり 8	青じそドレッシング	れんこん 45	かぼちゃのそぼろ煮 5	なたね油 0.25	なたね油 0.25	なたね油 0.25	塩 0.1
	りよくどうもやし 12	はんぺん 4	固食青じそドレッシング 10	固食青じそドレッシング 10	水 130	豚ミンチ 10	豚ミンチ 10	豚ミンチ 10	豚ミンチ 10	豚ミンチ 10
	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
	590 2.5	638 2.1	661 2.4	603 2.4	650 2.3	641 2.1	670 3.3	641 2.7	609 2.3	600 2.6

日	12月15日 月	12月16日 火	12月17日 水	12月18日 木	12月19日 金	12月22日 月	12月23日 火	12月24日 水	12月25日 木
献立及び	麦ごはん	麦ごはん	食パン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	カラフルピラフ	黒食パン	麦ごはん
（小学校中学年）	精米 70	精米 70	普通パン(粉65g) 65	精米 70	精米 70	精米 70	黒パン(粉65g) 65	精米 70	精米 70
	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	ワインカット 15	牛乳200ml	米粒麦 7
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	たまねぎ 20	牛乳200ml	牛乳200ml
	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	ハンバーゲチャッピングソース	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	にんじん 10	鶏肉の米粉ガーリック焼き	牛乳200ml 206
	鶏肉の塩から揚げ	いかメンチカツ	鶏豚ハンバーグ 50	さばの塩焼き	れんこんチップス	かぼちゃコロッケ	マッシュルーム 10	鶏もも肉 60	いわしの生姜煮
	鶏むね肉 50	いかメンチカツ 40	トマトケチャップ 2	さば塩ふり 50	れんこん 45	かぼちゃコロッケ 50	ビーマンミックス 5	ガーリックハウダー 0.05	いわし生姜煮 40
	うすくちしょうゆ 2	なたね油 4	ウスターソース 2	白菜のすまし汁	なたね油 4.5	なたね油 5	むき枝豆 10	オリーブ油 0.2	こぶ汁
	塩 0.15	わかめスープ	三温糖 1	水 130	カレーライス	粒汁	スープストック 1	パプリカ粉 0.12	スープ 130
	料理酒 1	水 140	トマトピューレー 5	液体だし 1.5	なたね油 0.25	にんじん 10	塩 0.5	塩 0.4	だいこん 20
	おろししょうが 0.3	たまねぎ 20	ボタージュ	えのきたけ 5	おろしにんにく 0.5	だいこん 25	水 85	こしょう 0.1	かまぼこ 5
	かたくり粉 10	塩 0.3	なたね油 0.5	かまぼこ 10	豚もも肉 20	れんこん 10	アルファ化米 50	米粉 0.4	うすくちしょうゆ 4.6
	なたね油 5	中華だし 1.5	たまねぎ 25	豆腐 30	たまねぎ 40	水 110	牛乳200ml	ボトフ	液体だし 1
	かみかみ豚汁	こいくちしょうゆ 1	じゃがいもベースト 10	うすくちしょうゆ 4.6	にんじん 15	酒かす 2	牛乳200ml 206	なたね油 0.25	糸こんぶ 0.3
	豚もも肉 10	えのきたけ 8	白いんげん豆ベースト 10	白菜 10	じやがいも 25	ミックスみそ 8	大豆つつみ揚げ 10	セロリ 3	油揚げ 5
	ごぼう 9	かまぼこ 10	じやがいも 20	友禅ごはんの具	カレー粉末 0.1	液体だし 1.5	大豆つつみ揚げ 30	豆腐 30	豆腐 30
	だいこん 20	乾燥わかめ 0.8	とうもろこし 10	三温糖 2	水 66	豆腐 20	なたね油 3	たまねぎ 30	筑前煮
	にんじん 15	切干だいこんのビビンバ	コンソメ 1.3	料理酒 4	チャツネ 2	油揚げ 8	冬野菜のミネストローネ 5	にんじん 15	なたね油 0.3
	こんにゃく 10	なたね油 0.5	こしよう 0.01	うすくちしょうゆ 3	ウスターソース 3	ねぎ 5	オリーブ油 0.5	じやがいも 30	鶏もも肉 15
	水 110	おろししょうが 0.2	水 70	おろししょうが 0.8	米粉カレールウ 14	豚丼の具	たまねぎ 20	水 120	にんじん 15
	豆みそ 5	おろしにんにく 0.2	牛乳 30	鶏ミンチ 20	溶き水 26	なたね油 0.25	れんこん 10	塩 0.2	ごぼう 15
	孫六みそ 4	トウバンジャン 0.15	生クリーム 5	にんじん 35	牛乳 20	おろししょうが 0.2	カリフラワー 10	こしょう 0.01	たけのこ 15
	溶き水 13	豚もも肉 25	米粉ホワイトルウ 5	いり卵 15	米粉マカロニサラダ 3	豚もも肉 25</			