

令和7年12月分 給食予定献立表



神河町学校給食センター
(TEL 0790-32-0257)

日	曜日	献立名	使用材料名			栄養価 (内は中学生)	
			血や肉や骨になるもの (あか)	力や熱になるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	エネルギー Kcal	たん白質 g
1	月	アップルパン ぎゅうにゅう オムレツ わふうスパゲッティ オニオヌースープ	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく ベーコン	パン スパゲッティ オリーブ油 さとう でんぶん あぶら	トマト たまねぎ にんじん えのきだけ みずな きやべつ にんにく とうもろこし マッシュルーム	642 (777)	23.2 (27.0)
2	火	ポークカレー ぎゅうにゅう やさいのさっぱりいため おさかなソーセージ	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ スキムミルク こなチーズ ソーセージ	むぎ ごはん じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん にんにく きやべつ しめじ	693 (817)	23.2 (26.2)
3	水	パン ぎゅうにゅう さけのマリネ じゃがいもとブロッコリーのソテー [★] レタスのスープ ★いちごミックスジャム	ぎゅうにゅう さけ ベーコン ぶたにく	パン こむぎこ あぶら さとう じゃがいも いちごミックスジャム	たまねぎ レモン にんじん ブロッコリー レタス	644 (769)	30.9 (35.0)
4	木	★たこめし ぎゅうにゅう とりにくのなんぶやき こまつなのために しめじる	ぎゅうにゅう たこ あぶらあげ とりにく ひらてん とうふ かまぼこ わかめ	ごはん さとう ごま あぶら	ごぼう こまつな にんじん しめじ あおねぎ	638 (751)	32.0 (37.2)
5	金	ごはん ぎゅうにゅう いわしのかぼすレモンに びしゅなべ かぶのみぞしる	ぎゅうにゅう いわし ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	◎ごはん あぶら さとう でんぶん	かぼす レモン はくさい しめじ たまねぎ ◎にんじん こんにゃく しろねぎ ◎かぶ あおねぎ	649 (745)	27.9 (31.1)
8	月	パン ぎゅうにゅう ボロニアステーキ ポークピーンズ おんやさいサラダ ドレッシング	ぎゅうにゅう ハム ぶたにく だいす こなチーズ スキムミルク	パン ドレッシング じゃがいも さとう でんぶん あぶら	きやべつ きゅうり にんじん たまねぎ	652 (808)	25.4 (32.0)
9	火	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのいそかあげ ぶたにくとさつまいものにもの たまごとわかめのすまじる	ぎゅうにゅう ちくわ あおのり ぶたにく たまご とうふ かまぼこ わかめ	◎ごはん てんぷらこ ◎さつまいも さとう あぶら でんぶん	だいこん ◎にんじん こんにゃく えのきだけ あおねぎ	674 (771)	27.8 (30.6)
10	水	クロワッサン(小5・6年先生中) ぎゅうにゅう ごもくうどん コーンのきやべつあげ ほうれんそうとソーセージのいためもの おこめのタルト	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ ソーセージ ぎょにくすりみ	うどん あぶら こむぎこ パンこ でんぶん さとう こめこ タルト (クロワッサン)	しいたけ にんじん あおねぎ とうもろこし きやべつ ほうれんそう しょうが	642 (797)	24.7 (29.1)
11	木	ジャンバラヤ ぎゅうにゅう とうふナゲット にんじんしりしり やさいスープ	ぎゅうにゅう ぶたミンチ とうふ とうにゅう ベーコン ツナ とりにく ぎょにくすりみ かつおぶし	ごはん さとう あぶら オリーブ油 ごま こむぎこ でんぶん	たまねぎ にんじん トマト にんにく とうもろこし マッシュルーム しょうが もやし きやべつ セロリー	639 (742)	22.1 (25.6)
12	金	ごはん ぎゅうにゅう かんとうに さわらのありまやき もやしのかつおあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうすじにく ひらてん あつあげ さわら かつおぶし	ごはん じゃがいも さとう でんぶん	だいこん こんにゃく にんじん もやし ほうれんそう	666 (791)	29.5 (35.0)
15	月	パン ぎゅうにゅう フランクフルトのチリソース ポテトサラダ ぶたにくとパスタのスープ ヨーグルト(中)	ぎゅうにゅう フランクフルト ツナ ぶたにく (ヨーグルト)	パン さとう でんぶん じゃがいも マヨネーズ マカロニ あぶら	きやべつ にんじん たまねぎ セロリー	630 (791)	27.8 (33.6)
16	火	ごはん ぎゅうにゅう さんまのごまだれかけ ひじききんぴら とうふのすまじる	ぎゅうにゅう さんま ひじき とりにく あぶらあげ とうふ かまぼこ	ごはん さとう でんぶん ごま あぶら	ごぼう にんじん こんにゃく えだまめ エリンギ しめじ あおねぎ	644 (740)	27.1 (30.1)
17	水	パン ぎゅうにゅう ★にこみハンバーグ きやべつのアーモンドあえ かぶのちゅうかスープ クリスマスケーキ	ぎゅうにゅう ハンバーグ ぶたにく	パン さとう でんぶん アーモンド ごまあぶら ケーキ	きやべつ ほうれんそう にんじん ◎かぶ たまねぎ しいたけ あおねぎ	640 (768)	24.2 (28.6)
18	木	ごはん のむヨーグルト さばのしおやき はくさいのたまごとじ かすじる みかん	のむヨーグルト さば ツナ ちくわ たまご ぶたにく あぶらあげ みそ	ごはん さとう	はくさい にんじん だいこん ごぼう こんにゃく あおねぎ みかん	644 (764)	27.5 (32.9)
19	金	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがいため そうめんじる ボイルブロッコリー マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	ごはん さとう あぶら マヨネーズ そうめん	たまねぎ にんじん しょうが ブロッコリー しいたけ あおねぎ	648 (755)	23.8 (27.6)
22	月	こめこパン ぎゅうにゅう とりにくのオーブンやき かぼちゃのポタージュ ツナときやべつのいためもの	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ベーコン なまクリーム	こめこパン こむぎこ オリーブ油 マーガリン	きやべつ にんじん ゆず かぼちゃ たまねぎ パセリ	674 (800)	26.2 (30.3)
23	火	ごはん ぎゅうにゅう タラのてんぷら マーポーだいこん さつまじる	ぎゅうにゅう タラ ぶたミンチ やきどうふ あぶらあげ みそ	ごはん さとう あぶら でんぶん ◎さつまいも ごまあぶら こむぎこ	だいこん たまねぎ にんじん にんにく あおねぎ	635 (792)	20.8 (25.7)

★有機栽培米・有機栽培野菜について

「子どもたちにより安全な農作物を」という思いから、化学肥料・農薬を使わない農法でお米と野菜が作られています。そのお米と野菜を今年も12月から3月までに給食で活用します。

お米の品種はコシヒカリで、(株)山田営農と(農)杉営農が作られました。

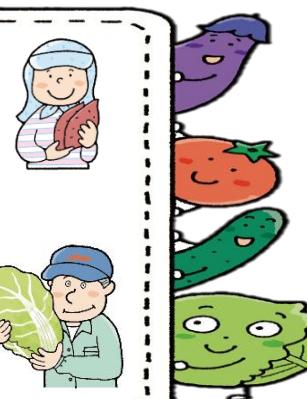
野菜は、人参を廣納さん(寺野区)、さつまいもを譜久原さん(大河区)、かぶを山下さん(大河区)、じやがいもを(株)中村営農が作られています。

農薬を使用していないので、虫食いなどの対策に苦労されています。

今月は、5日(金)・9日(火)・17日(水)・23日(火)の献立に取り入れる予定にしています。

◎で表示しています。

※中村営農のじやがいもは1月以降に取り入れる予定です。



今月の平均

650
(775) 26.1
(30.4)

* 中学校3年生のリクエスト献立には
★を引いています。

★今月の神河町産

米・米粉・きやべつ・大根・白ねぎ・ゆず
で表示しています。

★今月の献立より

・18日(木)…食育の日献立
今月は「かぜ予防の献立」です。

・22日(月)…冬至の献立
冬至の献立として「かぼちゃ」や
「ゆず」を使っています。

★3学期の給食開始は
1月8日(木)からです

農林政策課からの
お知らせ

栽培に取り組む
農家さんの様子を
楽しい動画で
紹介しています！



親子で楽しく農家さんの取組がわかるよう工夫しました。
今後の取組に生かすため、アンケートにご協力をお願いします。
町内の子どもたちに町内産の野菜をもっとたくさん食べて
もらいたいという思いで、アンケートにご協力いただいた方に
抽選で野菜が当たる企画を実施します。詳しくはこちらから⇒

