

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)

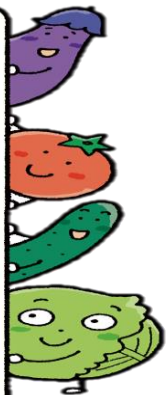
日	曜日	献立名	使用材料名			栄養価 ()内は中学生		
			血や肉や骨になるもの (あか)	力や熱になるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	エネルギー Kcal	たん白質 g	
1	月	アップルパン ギゆうにゆう オムレツ わふうスパゲッティ オニオンスープ	ギゆうにゆう たまご ぶたにく ベーコン	パン スパゲッティ オリーブゆ さとう でんぷん あぶら	トマト たまねぎ にんじん えのきだけ みずな きゃべつ にんにく とうもろこし マッシュルーム	642 (777)	23.2 (27.0)	
2	火	ポークカレー ギゆうにゆう やさいのさっぱりいため おさかなソーセージ	ギゆうにゆう 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 きゃべつ しめじ	693 (817)	23.2 (26.2)	
3	水	パン ギゆうにゆう 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	ギゆうにゆう 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 ギゆうにゆう とりにくのなんぶやき こまつなのいために しめじじる	ギゆうにゆう 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 ギゆうにゆう いわしのかぼすレモンに びしゅなべ かぶのみそしる	ギゆうにゆう 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 でんぷん	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 ギゆうにゆう ポロニアステーキ ポークビーンズ おんやさいサラダ ドレッシング	ギゆうにゆう ハム ぶたにく だいち 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 でんぷん あぶら	きゃべつ きゅうり にんじん たまねぎ	652 (808)	25.4 (32.0)	
9	火	ごはん ギゆうにゆう ちくわのいそかあげ ぶたにくとさつまいものにも たまごとわかめのすましじる	ギゆうにゆう 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 でんぷん	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) ギゆうにゆう ごもくうどん コーンのきゃべつあげ 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	ギゆうにゆう とりにく かまぼこ あぶらあげ ソーセージ ギよにくすりみ	うどん あぶら こむぎこ パンこ でんぷん 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 きゃべつ ほうれんそう しょうが	642 (797)	24.7 (29.1)	
11	木	ジャンバラヤ ギゆうにゆう とうふナゲット にんじんしりしり やさいスープ	ギゆうにゆう ぶたミンチ とうふ とにゆう ベーコン ツナ とりにく ギよにくすりみ かつおぶし	ごはん さとう あぶら オリーブゆ ごま こむぎこ でんぷん	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 きゃべつ セロリー	639 (742)	22.1 (25.6)	
12	金	ごはん ギゆうにゆう かんとくに さわらのありまやき もやしのかつおあえ	ギゆうにゆう ギゆうすじにく 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 でんぷん	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 ギゆうにゆう 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)	ギゆうにゆう フランクフルト ツナ ぶたにく (ヨーグルト)	パン さとう でんぷん じゃがいも マヨネーズ マカロニ あぶら	きゃべつ にんじん たまねぎ セロリー	630 (791)	27.8 (33.6)	
16	火	ごはん ギゆうにゆう さんまのごまだれかけ ひじききんぴら とうふのすましじる	ギゆうにゆう 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 でんぷん 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 ギゆうにゆう ★にこみハンバーグ きゃ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	ギゆうにゆう ハンバーグ ぶたにく	パン さとう でんぷん アーモンド ごまあぶら ケーキ	きゃべつ 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 ギゆうにゆう ぶたにくのしょうがいため そうめんじる ポイルブロッコリー マヨネーズ	ギゆうにゆう 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 ギゆうにゆう とりにくのオープンやき かぼちゃのポタージュ ツナときゃべつのいためもの	ギゆうにゆう 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 オリーブゆ マーガリン	きゃべつ 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 ギゆうにゆう タラのてんぷら マーボーだいこん さつまじる	ギゆうにゆう 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 でんぷん ◎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)	
						今月の平均	650 (775)	26.1 (30.4)

★有機栽培米・有機栽培野菜について



★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)、じゃがいもを(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。
※中村営農のじゃがいもは1月以降に取り入れる予定です。



* 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・きゃべつ・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「かせ予防の献立」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⇒

