



令和7年度12月分学校給食予定献立表



笠岡市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	体をつくるものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
1(月)	《 神内小学校 希望献立 》 ごはん 牛乳 若鶏肉のから揚げ ツナとチーズのサラダ やさいスープ 豆乳クリーム大福	牛乳 若鶏肉 ツナ チーズ ウインナー	しょうが にんにく キャベツ とうもろこし えだまめ にんじん たまねぎ はくさい マッシュルーム パセリ	米 でん粉 大豆油 豆乳クリーム大福
2(火)	ごはん 牛乳 さばのおろしかけ ゆかりあえ しめじのみそ汁	牛乳 さば 豆腐 油揚げ みそ	だいこん はくさい もやし にんじん しそごはんの素 たまねぎ しめじ 葉ねぎ	米
3(水)	五目うどん 牛乳 れんこんとちくわのマヨネーズあえ かみかみ黒豆	若鶏肉 油揚げ かまぼこ わかめ 牛乳 ちくわ かみかみ黒豆	たまねぎ にんじん しめじ 葉ねぎ れんこん キャベツ	うどん 三温糖 マヨネーズ
4(木)	ごはん 牛乳 豆腐と豚肉のうま煮 おかかあえ	牛乳 豆腐 豚肉 かつお節	しょうが たまねぎ はくさい にんじん たけのこ しめじ 葉ねぎ もやし キャベツ こまつな	米 三温糖 ごま油 でん粉
5(金)	そばろ丼 牛乳 ごまだれあえ えのきたけのすまし汁	若鶏肉 卵 牛乳 鶏ささみ 豆腐 わかめ かまぼこ	しょうが にんじん さやいんげん ごぼう キャベツ えだまめ えのきたけ たまねぎ 葉ねぎ	米 麦 三温糖 ねりごま ごま油
8(月)	ごはん 牛乳 いかのレモンだれあえ 塩昆布あえ 厚揚げのみそ汁	牛乳 いか 塩昆布 厚揚げ わかめ みそ	レモン果汁 キャベツ もやし にんじん たまねぎ しめじ 葉ねぎ	米 でん粉 大豆油 三温糖
9(火)	ごはん 牛乳 肉じゃが 酢の物	牛乳 豚肉 がんもどき かまぼこ	たまねぎ にんじん さやいんげん はくさい もやし	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖
10(水)	ソフトめんのミートソースかけ 牛乳 キャベツのサラダ	若鶏肉 豚肉 大豆 牛乳 ツナ	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース キャベツ もやし とうもろこし	ソフトめん
11(木)	ごはん 牛乳 いわしのおかか煮 ひじきあえ けんちん汁	牛乳 いわしおかか煮 しそひじき 豆腐 油揚げ	キャベツ にんじん もやし たまねぎ だいこん しめじ 葉ねぎ	米 こんにゃく ごま油
12(金)	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 中華あえ	牛乳 豚肉 若鶏肉 豆腐 みそ 鶏ささみ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しめじ 葉ねぎ キャベツ チンゲンサイ もやし	米 三温糖 でん粉 ごま油
15(月)	ごはん 牛乳 親子煮 梅肉あえ 炒り煮干し	牛乳 若鶏肉 卵 かまぼこ かつお節 煮干	にんじん たまねぎ しめじ 葉ねぎ キャベツ こまつな もやし ねり梅	米 じゃがいも でん粉 三温糖
16(火)	ごはん 牛乳 赤魚の薬味だれかけ たくあんあえ 油揚げのみそ汁	牛乳 赤魚 油揚げ みそ	白ねぎ にんにく しょうが はくさい もやし にんじん たくあん たまねぎ 葉ねぎ	米 三温糖 ごま油 さつまいも
17(水)	《 クリスマス献立 》 チキンピラフ 牛乳 コールスローサラダ コーンポタージュ 米粉のいちごケーキ	若鶏肉 牛乳 ツナ ウインナー チーズ	たまねぎ えだまめ にんじん キャベツ もやし とうもろこし マッシュルーム パセリ	米 バター 米粉いちごケーキ
18(木)	肉みそ丼 牛乳 千草あえ 豆腐のすまし汁	若鶏肉 豚肉 みそ 牛乳 いか 豆腐 わかめ かまぼこ	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ こまつな もやし 葉ねぎ	米 麦 三温糖 バター ごま
19(金)	パン 牛乳 ボロニアカツ ツナサラダ オニオンスープ	牛乳 ボロニアカツ ツナ ウインナー	キャベツ にんじん もやし とうもろこし たまねぎ はくさい パセリ	パン 大豆油 じゃがいも
22(月)	《 冬至献立 》 ごはん 牛乳 さわらのゆずみそかけ もやしのあえもの 根菜汁	牛乳 さわら みそ かつお節 若鶏肉 油揚げ かまぼこ	ゆず果汁 はくさい こまつな もやし にんじん しょうが たまねぎ ごぼう れんこん 葉ねぎ	米 三温糖
23(火)	《 大島小学校 希望献立 》 ごはん 牛乳 若鶏肉のから揚げ コーンサラダ コンソメスープ みかんゼリー	牛乳 若鶏肉 ツナ ウインナー	しょうが にんにく キャベツ とうもろこし もやし にんじん たまねぎ はくさい マッシュルーム パセリ	米 でん粉 大豆油 じゃがいも みかんゼリー
24(水)	しょうがごはん 牛乳 春雨のあえもの 豚汁	若鶏肉 油揚げ 牛乳 ハム 豚肉 みそ	にんじん えだまめ しょうが キャベツ もやし ごぼう だいこん 葉ねぎ	米 春雨 三温糖 ごま油 さつまいも