

* 年間および毎月使用物資 成分配合表については市ホームページをご覧ください。尚、献立変更等、学校独自で使用する物資の場合は各学校にお問い合わせください。















2025 年










12月 献立表

- 牛乳は毎日つきます。
- 都合により献立の一部を変更することがあります。
- 学校給食において、調理工程および加工品等の微量混入（コソミネーション）の可能性は排除できません。



月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
 ごはん ○ とり肉のホアジャオソース ◎ 春雨スープ	 ごはん ◎ コーンポタージュ ○ キャベツと人参のソテー △ いちごジャム	 ごはん ○ 赤魚の照り焼き ● ひきなすり ◎ ぶた汁	 ごはん ◎ 厚揚げの中華煮 ○ 茎わかめの炒め煮	 ごはん ◎ ぶた肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 枝豆 油 削り節 濃しょうゆ 砂糖 ◎ 小松菜 人参 もやし 白ごま 油 砂糖 淡しょうゆ ごま油
○ 衣付きとり肉 油 砂糖 ホアジャオ 濃しょうゆ みりん でんぷん ◎ ぶた肉 春雨 人参 小松菜 玉ねぎ キャベツ 油 塩 だし 淡しょうゆ 中華スープ	◎ とり肉 じゃがいも 人参 ホアジャオ クリーム 玉ねぎ パセリ 油 塩 しょうゆ 牛乳 バター 小麦粉 生クリーム 粉チーズ スライス ○ ぶた肉 人参 キャベツ 油 淡しょうゆ 塩 だし △ いちごジャム	○ 赤魚 しょうが 砂糖 みりん 濃しょうゆ でんぷん ● うすあげ 人参 大根 油 濃しょうゆ みりん ごま油 砂糖 ◎ ぶた肉 豆腐 じゃがいも 人参 白ねぎ 白菜 ごぼう 油 信州みそ 削り節	◎ ぶた肉 厚揚げ うすら卵 人参 キャベツ しょうが 油 中華スープ 濃しょうゆ 砂糖 でんぷん ○ とり肉 人参 玉ねぎ 茎わかめ 油 ごま油 濃しょうゆ 酒 砂糖 塩 だし	◎ ぶた肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 枝豆 油 削り節 濃しょうゆ 砂糖 ○ 小松菜 人参 もやし 白ごま 油 砂糖 淡しょうゆ ごま油
8	9	10	11	12
 ごはん ◎ カレーライス ○ 手作り福神漬け ● 白菜のコンソメ煮	 ごはん ◎ 焼きそばスパゲティ ○ 大豆の磯煮 △ りんごジャム	 ごはん ○ さけの塩こうじだれ ● 青菜のふりかけ ◎ ちゃんこ汁	 ごはん ◎ 大豆入りマーボー豆腐 ○ 小松菜ごま炒め	 ごはん ○ ハンバーグみかんソース ● ジャーマンポテト ◎ みそ汁
◎ とり肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 塩 しょうゆ 大根 人参 濃しょうゆ 酢 砂糖 ● しょうが 人参 白菜 油 しょうゆ 酒 みりん 淡しょうゆ	◎ しょうが ぶた肉 人参 キャベツ 玉ねぎ 油 しょうゆ とんかつソース 塩 だし ○ とり肉 味付大豆 人参 ひじき 赤こんにゃく 濃しょうゆ 砂糖 △ りんごジャム	○ さけ 塩こうじ 塩 だし 砂糖 しょうゆ しょうゆ ● 大根葉 白ごま 砂糖 削り節 だし昆布 濃しょうゆ しょうゆ ◎ ぶた肉 豆腐 うすあげ 人参 白ねぎ 大根 白菜 削り節 だし昆布 淡しょうゆ みりん	○ とりひき肉 ひきわり大豆 豆腐 人参 青ねぎ 玉ねぎ しょうが しいたけ 油 信州みそ ハチマシ 砂糖 濃しょうゆ でんぷん トマトソース ○ ぶた肉 小松菜 玉ねぎ 人参 白ごま 油 ごま油 みりん 濃しょうゆ 砂糖	○ ハンバーグ 玉ねぎ 油 でんぷん 濃しょうゆ みかん果汁 みりん 砂糖 ● しょうが 人参 じゃがいも 人参 パセリ 玉ねぎ 油 しょうゆ 塩 淡しょうゆ だし ◎ わかめ 人参 青ねぎ 大根 玉ねぎ キャベツ 煮干し 信州みそ 塩こうじ
15	16 保育園交流献立	17	18	19 食育献立（山形県）
 ごはん ○ ウインナーのかきあげ ◎ 具だくさんみぞれ汁 △ 味付けのり	 ごはん ◎ 白みそポトフ ○ ツナごぼう炒め △ スライスチーズ	 ごはん ○ 信太ごはん ○ 焼きしゅうまい ◎ 中華スープ	 ごはん ○ ミート丼 ◎ 豆乳ドリア	 ごはん ○ さばの塩焼き ◎ いも煮 ☆ みかん
○ カツウイナー 玉ねぎ 人参 ひじき 油 米粉 でんぷん 塩 ◎ ぶた肉 豆腐 人参 水菜 おろし大根 えのきだけ 白菜 だし昆布 削り節 砂糖 濃しょうゆ 淡しょうゆ みりん 塩 しょうゆ △ 味付けのり	◎ とり肉 玉ねぎ 人参 かぶ かぶの葉 キャベツ 油 白みそ しょうゆ 濃しょうゆ みりん 塩 ○ まぐろ油漬け 人参 玉ねぎ ごぼう 油 砂糖 みりん 濃しょうゆ △ チーズ	○ しょうまい ◎ 豆腐 ぶた肉 人参 青ねぎ 玉ねぎ キャベツ 油 ごま油 とりがらスープ 淡しょうゆ 塩 だし	○ ぶたひき肉 人参 玉ねぎ トマト水煮 人参 玉ねぎ キャベツ しょうゆ 油 砂糖 塩 だし ◎ とり肉 人参 ほうれん草 玉ねぎ しめじ 油 豆乳 しょうゆ 塩 だし	○ さば 塩 ◎ ぶた肉 里いも こんにゃく 人参 ごぼう 白ねぎ しめじ 油 削り節 砂糖 酒 信州みそ 濃しょうゆ ☆ みかん

22 冬至献立	23 クリスマス献立	新米が登場します	16日 保育園交流献立
 ごはん ○ さわらのゆずしょうゆかけ ● こんにゃくのきんぴら ◎ みそ汁	 ごはん ○ チキンカツハーフソース ◎ ミネストローネ ☆ チョコムース	今月から、この秋に収穫された新米に切り替わります。これまでと同じ、香川県産の「ヒノヒカリ」です。ヒノヒカリは、甘みがあり、柔らかくて食べやすいお米です。	 16日の白みそポトフは、和泉市内の公立保育園の給食メニューで、保育園の栄養士さんのおすすめメニューです。 季節の野菜のかぶを葉も使い彩りもよい一品で、味付けはコンソメと白みそ、淡口しょうゆ、塩、みりんで学校の給食にはなかった組み合わせです。
○ さわら ゆず 淡しょうゆ ゆず果汁 みりん 砂糖 酢 でんぷん ● ぶた肉 つきこんにゃく 人参 ごぼう ごま油 油 砂糖 濃しょうゆ しょうゆ みりん 白ごま ◎ 豆腐 うすあげ わかめ 人参 キャベツ 青ねぎ じゃがいも 削り節 信州みそ	○ しょうが 油 パセリ にんにく パセリ 塩 酢 砂糖 白ワイン カレー 油 しょうゆ でんぷん ◎ しょうが じゃがいも 人参 トマト水煮 玉ねぎ キャベツ にんにく 油 しょうゆ 塩 だし しょうゆ ☆ チョコムース		

<div>年末の行事にまつわる食べ物</div> <div>冬至（今年は12月22日です）  冬至は、一年で一番お昼の時間が短くなる日です。 冬至に「ゆず湯」に入ると、かぜをひきにくくなるという言い伝えがあります。 また、「ん」のつく食べ物をたべると運を引き寄せられると言われています。 給食では、22日にこんにゃくと人参の入った「こんにゃくのきんぴら」、人参と大根が入った「みそ汁」が登場します。</div>	<div>大晦日（31日） 一年の最後のこの日は、年越しそばを食べます。年末は忙しいので、手早く簡単に食べられるようにそばを食べていました。それが「細く長く、生きられますように」という願いとともに広まりました。 </div>	<div>今月の食育献立 <div>19日</div><div>いも煮（山形県） いも煮は、里いも、肉、こんにゃく、ねぎ、きのこ、油揚げなどを煮たもので、山形県の名物料理です。 いも煮は、同じ山形県でも、地域によって具材の種類や味つけが違って、内陸地方は牛肉でしょうゆ味、日本海側は豚肉でみそ味が主流です。 給食ではみそ味で、具材は豚肉、里いも、こんにゃく、人参、ごぼう、白ねぎ、しめじです。 </div></div>
--	---	---