

* 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（コタミネーション）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 ☆ たこやきケーキ |  ごはん ◎ うずまきパン ○ 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ირი ◎ ぶた汁 |  ごはん ◎ 厚揚げの中華煮 ○ 茎わかめの炒め煮 |  ごはん ◎ ぶたじゃが ○ 三色ナムル ● 焼きししゃも |
| ○ 衣付きとり肉 油 砂糖 柿ヅカ 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 こしょう 淡しょうゆ 中華スープ ☆ たこ 青ねぎ 米粉 塩 パセリ かつお節 油 とんかつソース あおさ粉 | ◎ とり肉 じゃがいも 人参 ホーロー クレープ 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 しょうゆ ○ ぶた肉 人参 キャベツ 油 淡しょうゆ 塩 こしょう △ 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 削り節 信州みそ | ◎ 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 こしょう | ◎ 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 ● ししゃも |
| 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 ☆ ヨーグルト |  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 |
| ◎ ぎゅう肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 しょうゆ かつお節 大根 人参 濃しょうゆ 酢 砂糖 ● ぶた肉 白菜 油 しょうゆ 酒 みりん 淡しょうゆ | ◎ 焼きそば 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 こしょう ○ 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 ごま油 砂糖 こしょう しょうゆ ● 大根菜 白ごま 砂糖 削り節 だし昆布 濃しょうゆ ごま油 ◎ 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 ハチミツ 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 ☆ ヨーグルト | ○ 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 ● ぶた肉 じゃがいも 人参 パセリ 玉ねぎ 油 しょうゆ 塩 淡しょうゆ こしょう ◎ 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 クリスマス献立 | 19 食育献立（山形県） |
|  ごはん ○ ウインナーのかきあげ ◎ 貝だくさんみぞれ汁 △ 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 ☆ チョコムース |  ごはん ○ さばの塩焼き ◎ いも煮 ☆ みかん |
| ○ カツカツ 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 えのきたけ 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 でんぷん △ 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 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 | ○ アルファ化米 アルファ化もち米 とりひき肉 うすあげ 人参 油 削り節 濃しょうゆ 砂糖 みりん 酒 ○ しゅうまい ◎ 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 こしょう | ○ ぶたひき肉 人参 玉ねぎ トマト水煮 切り こんにゃく かつお しょうゆ 油 砂糖 塩 こしょう ◎ とり肉 人参 ほうれん草 玉ねぎ しめじ 油 豆乳 しょうゆ 塩 しょうゆ ☆ チョコムース | ○ 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 | 新米が登場します | | |
|  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 ○ オリーブパン ○ チキンカツハーフソース ◎ ミネストローネ | 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。 | | |
| ○ 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 一味唐辛子 みりん 白ごま しょうゆ ◎ 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 | ○ しょうゆ 油 パセリ こんにゃく パセリ 塩 酢 砂糖 白ワイン パセリ 油 しょうゆ でんぷん ◎ ぶた肉 じゃがいも 人参 トマト水煮 玉ねぎ キャベツ こんにゃく 油 しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ |  | | |

年末の行事にまつわる食べ物

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」のつく食べ物を食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。

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。



今月の食育献立

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。

