

令和7年 12月 給食献立表

日 曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	チキンライス ゆし豆腐 コーンサラダ(キャベツ) オレンジ	煮干し ゴマ菓子 牛乳	・若鶏ささ身・鶏卵 ・ゆし豆腐 ・麦みそ ・まぐろ油漬缶詰(白) ・煮干し・普通牛乳	・精白米・調合油・黒砂糖 ・ごま油 ・ごま・マシュマロ ・コーンフレーク	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・トマトケチャップ ・青ねぎ・冷凍コーン・きゅうり ・レタス ・キャベツ・オレンジ
2 火	麦ごはん 卵とえのきのスープ かぼちゃの煮付け ひじき炒め オレンジ	煮干し 芋かりんとう 牛乳	・鶏卵・沖縄豆腐 ・ぶたかたロース(赤肉) ・煮干し・普通牛乳	・精白米・押麦・片栗粉 ・黒砂糖 ・調合油・さつまいも	・乾しいたけ・えのきたけ・青ねぎ ・かぼちゃ ・乾ひじき・キャベツ・にんじん ・たまねぎ・オレンジ
3 水	小豆ごはん イナムドゥチ ちくわの磯辺揚げ ワカメサラダ オレンジ	煮干し ヨーグルトケーキ クラッカー	・ゆであずき ・ぶたかた(赤肉) ・蒸しかまぼこ・麦みそ ・焼き竹輪 ・まぐろ油漬缶詰(白)	・精白米・いりごま・しらたき ・薄力粉 ・黒砂糖・ごま油 ・グラニュー糖	・乾しいたけ・だいこん・青ねぎ ・あおのり ・乾わかめ・トマト・レタス ・キャベツ ・オレンジ・レモン果汁
4 木	野菜そば トマト ウインナーのボイル オレンジ	煮干し いなりずし 牛乳	・きびなご調味干し ・ぶたかたロース ・ぶた軟骨・ウインナーソーセージ ・煮干し・油揚げ	・沖縄そば・調合油 ・七分つき米 ・いりごま・グラニュー糖	・キャベツ・にんじん・たまねぎ ・だいずもやし ・青ピーマン・トマト・オレンジ
5 金	麦ごはん 五目スープ おから炒め 魚のケチャップ煮 オレンジ	煮干し ピザ風お好み焼き 牛乳	・若鶏ささ身 ・きびなご調味干し ・おから・ぶたかたロース(赤肉) ・めばる・煮干し	・精白米・押麦・しらたき ・調合油 ・片栗粉・薄力粉	・とうがん・にんじん・乾しいたけ ・青ねぎ・たまねぎ ・だいずもやし・乾ひじき・にら ・トマトケチャップ・オレンジ
8 月	麦ごはん すまし汁(油揚げ・しめじ) 小松菜の胡麻和え 照り焼きチキン オレンジ	煮干し ヨーグルトパンケーキ 牛乳	・油揚げ・鶏卵 ・きびなご調味干し ・若鶏もも・煮干し ・プレーンヨーグルト ・普通牛乳	・精白米・押麦・いりごま ・マヨネーズ ・黒砂糖 ・ホットケーキミックス	・ぶなしめじ・えのきたけ・青ねぎ ・ほうれんそう ・キャベツ・こまつな・だいずもやし ・にんじん ・だいこん・おろししょうが
9 火	麦ごはん すまし汁(冬瓜・豆腐) 魚フライ なすの味噌煮 オレンジ	煮干し チョコと コーンフレーククッキー 牛乳	・沖縄豆腐 ・きびなご調味干し ・しいら・鶏卵・ベーコン ・麦みそ ・煮干し・普通牛乳	・精白米・押麦・薄力粉 ・パン粉 ・調合油・片栗粉 ・コーンフレーク ・無塩バター・グラニュー糖	・とうがん・水戻しわかめ・青ねぎ ・あおのり ・なす・にら・オレンジ
10 水	麦ごはん すまし汁(しいたけ・えのき) 煮付け きゅうりスティック オレンジ	煮干し アイスクリーム 乾パン	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・ぶたばら・木綿豆腐 ・煮干し・アイスクリーム	・精白米・押麦・粉糖 ・なたね油 ・板こんにやく・乾パン	・乾しいたけ・えのきたけ・青ねぎ ・だいこん ・えながおにこんぶ・きゅうり ・オレンジ
11 木	胚芽パン かぼちゃポタージュ ハンバーグ ハムともやしのサラダ スライスチーズ オレンジ	煮干し 大学芋 牛乳	・普通牛乳・ぶたひき肉 ・牛ひき肉 ・鶏卵・ロースハム ・しらす干し ・プロセスチーズ・煮干し	・無塩バター・片栗粉・パン粉 ・黒砂糖 ・ごま油・さつまいも ・いりごま ・調合油	・かぼちゃ・たまねぎ・にんじん ・青ピーマン ・トマトケチャップ・きゅうり ・だいずもやし ・トマト・キャベツ・オレンジ
12 金	麦ごはん 味噌汁(小松菜・卵) いりどり 鮭の塩焼き オレンジ	煮干し ボンデQ 牛乳	・鶏卵・きびなご調味干し ・麦みそ ・鶏もも・大豆・さけ ・煮干し・きな粉・普通牛乳	・精白米・押麦・しらたき ・ホットケーキミックス ・調合油・黒砂糖	・こまつな・ごぼう・にんじん ・乾しいたけ ・たけのこ水煮缶詰・青ピーマン ・オレンジ
15 月	麦ごはん 味噌汁(しいたけ・卵) シブイのあんかけ 和風サラダ オレンジ	煮干し バナナケーキ 牛乳	・鶏卵・麦みそ ・きびなご調味干し ・ぶたひき肉 ・まぐろ油漬缶詰(白) ・煮干し・普通牛乳	・精白米・押麦・片栗粉・粉糖 ・黒砂糖 ・ごま油 ・ホットケーキミックス ・グラニュー糖・無塩バター	・ゆで乾しいたけ・青ねぎ・とうがん ・にら ・だいこん・きゅうり・にんじん ・乾わかめ ・たまねぎ・オレンジ・バナナ
16 火	カレーライス アーサ汁 和風和え オレンジ	煮干し プリン かあさんビスケット	・ぶたもも(赤肉) ・ぶた肝臓・沖縄豆腐 ・きびなご調味干し ・焼き竹輪・煮干し	・精白米・押麦・じゃがいも ・黒砂糖 ・ごま油	・たまねぎ・にんじん ・ゆでグリーンピース・きゅうり ・冷凍コーン・にんにく・あおさ ・キャベツ・乾わかめ・オレンジ
17 水	わかめごはん 味噌汁(冬瓜・しめじ) 豆腐ハンバーグ 和風サラダ オレンジ	煮干し チョコスティックパン 牛乳	・蒸しかまぼこ ・きびなご調味干し ・麦みそ・沖縄豆腐 ・鶏ひき肉・ぶたひき肉・鶏卵	・精白米・押麦・パン粉 ・黒砂糖 ・ごま油	・とうがん・ぶなしめじ・にんじん ・乾ひじき ・だいこん・きゅうり・乾わかめ ・たまねぎ・オレンジ
18 木	お弁当会	煮干し シフォンケーキ 牛乳	・煮干し・鶏卵・普通牛乳	・あまに油・薄力粉 ・グラニュー糖	
19 金	芋ごはん すまし汁(わかめ・卵・ねぎ) フーイリチー さばの味噌煮 オレンジ	煮干し チョコチップクッキー 牛乳	・鶏卵・きびなご調味干し ・まぐろ油漬缶詰(白) ・さば・麦みそ・煮干し ・普通牛乳	・さつまいも・精白米・押麦 ・いりごま ・車ふ・調合油・薄力粉 ・グラニュー糖・無塩バター	・水戻しわかめ・青ねぎ・キャベツ ・だいずもやし ・にんじん・たまねぎ・青ピーマン ・オレンジ
22 月	麦ごはん すまし汁(しめじ・えのき) 昆布イリチー グリーンマッシュ(青海苔) オレンジ	煮干し ちんびん 牛乳	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・ぶたかたロース ・蒸しかまぼこ ・普通牛乳・煮干し・鶏卵	・精白米・押麦・しらたき ・黒砂糖 ・じゃがいも・無塩バター ・薄力粉 ・調合油	・えのきたけ・ぶなしめじ・青ねぎ ・刻み昆布 ・乾しいたけ・あおのり・オレンジ
23 火	麦ごはん 味噌汁(大根・油揚げ・ わかめ) 野菜の炒め物 焼き鳥 オレンジ	煮干し かき揚げ (インゲン・ソーセージ) 牛乳	・油揚げ・麦みそ ・きびなご調味干し ・まぐろ油漬缶詰(白)・鶏むね ・煮干し・魚肉ソーセージ	・精白米・押麦・調合油 ・薄力粉	・だいこん・水戻しわかめ・キャベツ ・にんじん・たまねぎ ・だいずもやし・青ピーマン ・オレンジ・さいいんげん
24 水	鮭ごはん 味噌汁(わかめ・卵) わかさぎのから揚げ じゃがいものそぼろ煮 きゅうりスティック オレンジ	煮干し カルシウムクッキー 牛乳	・油揚げ・鶏卵・麦みそ ・わかさぎ ・ベーコン・煮干し ・さくらえび素干し ・普通牛乳	・いりごま・精白米・薄力粉 ・片栗粉 ・調合油・じゃがいも・黒砂糖 ・ホットケーキミックス	・水戻しわかめ・青ねぎ・たまねぎ ・きゅうり ・オレンジ・乾ひじき・にんじん
25 木	納豆スパゲティー かぼちゃスープ トマトサラダ オレンジ	煮干し わかめおにぎり 牛乳	・納豆・チェダーチーズ ・きびなご調味干し ・まぐろ油漬缶詰(白) ・煮干し・普通牛乳	・マカロニ・スパゲティ ・調合油 ・黒砂糖・ごま油・精白米	・にんじん・たまねぎ・青ピーマン ・あおのり ・かぼちゃ・レタス・トマト ・キャベツ・きゅうり・オレンジ
26 金	麦ごはん コーンスープ マーボーナス ごぼうサラダ オレンジ	煮干し マーブルケーキ 牛乳	・鶏卵・ぶたひき肉 ・ロースハム ・煮干し・普通牛乳	・精白米・押麦・じゃがいも ・ごま油 ・片栗粉・マヨネーズ・薄力粉 ・グラニュー糖・無塩バター	・コーン缶詰クリーム・にんじん ・なす・たまねぎ・青ピーマン ・トマトケチャップ ・ごぼう・きゅうり・オレンジ
土曜日 メニュー	ジュシー 味噌汁(わかめ・ねぎ) きゅうりスティック オレンジ	超熟レーズンパン 牛乳	・まぐろ油漬缶詰(白) ・麦みそ ・きびなご調味干し・普通牛乳	・精白米・ぶどうパン	・にんじん・たまねぎ・乾ひじき ・青ねぎ ・乾わかめ・きゅうり・オレンジ