



がつ がっこう きゅうしょく こんだてひょう

12月学校給食献立表



北浦町学校給食センター
令和7年12月

日曜	主食	こんだてめい	きいろのしょくひん		あかのしょくひん		みどりのしょくひん		ちようみりょう	小学校	中学校			
			エネルギーのものになるもの		からだをつくるものになるもの		からだのちょうしをととのえるもの							
			たんすいかぶつ 炭水化物	しつし 脂質	たんぱく質	しつし 無機質	ビタミン(色のこい野菜)	ビタミン(その他野菜)						
1	ぎんりょう ヨッペパン ///	✿ 北川中なし	ミートソーススパゲティ 【げんりょうコッペパン】 ひゅうがなつドレッシングサラダ	【げんりょうコッペパン】 スパゲティ	バター (ひゅうがなつドレッシング)	ぶたにく ぎゅうにく (ハム)	【ぎゅうにゅう】	にんじん (にんじん)	たまねぎ しめじ グリンピース にんにく (きゅうり キャベツ)	トマトピューレケチャップ ウスターーソース しょうゆ しお こしょう ワイン	618kcal	733kcal		
2	むぎ ///	✿ 北川中1・2年なし	あつあげのちゅうかに せんぎりだいこんのラーゆあえ	【むぎごはん】 さとう かたくりこ (さとう)	ごまあぶら (ごまあぶら)	とりにく あつあげ (ちくわ)	【ぎゅうにゅう】	にんじん こまつな (にんじん)	たまねぎ しいたけ たけのこ しょうが (せんぎりだいこん きゅうり キャベツ)	しょうゆ オイスターーソース さけ ようばんじやん あつ けずりぶし(す) しょうゆ らーゆ	653	768		
3	わん 水	✿ 北川中2年なし	さかなのからあげ ゆでブロッコリー ^{ねん} もいもたっぷりじる	【ごはん】 かたくりこ(さつまいも) じやがいも さといも	あぶら 【あぶら】	あじ (あぶらあげ みそ)	【ぎゅうにゅう】 (にんじん だいこんば) <ブロッコリー>	しょうが ににく (えのき)	さけ しあ こしょう みりん しょうゆ(あつけずりぶし) (しょうゆ す)	687	809			
4	こくとうパン 木	✿ 北川中なし	かぶのスープ	ぶたにくのごまみそマヨネーズ さとう (じやがいも)	【こくとうパン】 さとう (じやがいも)	たまごなしマヨネーズ ごま (ワインナー)	【ぎゅうにゅう】 (にんじん ねぎ)	キャベツ きゅうり しょうが ににく (かぶ たまねぎ しいたけ)	ケチャップ しょうゆ しお こしょう あつけずりぶし (かぶ しあ ウィンナー)	639	736			
5	金	✿ 北浦小6年なし、三川内小6年なし、北川小6年なし、浦城小6年なし	ミートボールとまめのカレー ふくやわさいサラダ	【ごはん】ばんこ じやがいも こむぎこ さとう(さとう)	バター (あぶら)	とりにく ぶたにく ひよこまめ たいづ (とりささみチヤンク)	【ぎゅうにゅう】 チーズ	にんじん (にんじん)	たまねぎ グリンピース ににく しょうが (だいこん はくさい きゅうり)	カレー ケチャップ すりおろしりん こしあゆ ウスターーソース キャベツ しお ウィンナー とりがら(す) しょう ゆ しお こしょう	699	823		
8	みかわうち 月	✿ 三川内小中なし	わかめうどん スイートポテトサラダ	【げんりょうコッペパン】 うどん (さつまいも)	(たまごなしマヨネーズ) うどん (さつまいも)	とりにく ちくわ あぶらあげ (とりささみチヤンク)	【ぎゅうにゅう】 わかめ	にんじん こまつな (きゅうり はくさい)	ながねぎ しいたけ さけ みりん しょうゆ しお あつけずりぶし(しお こ しょう)	612	720			
9	火	マーポーだいこん はるさめのすのもの	【ごはん】 さとう かたくりこ (はるさめ さとう)	ごまあぶら (ごま ごまあぶら)	とりにく ぶたにく あつあげ みそ	【ぎゅうにゅう】	にんじん にら (にんじん)	だいこん たけのこ たまねぎ しいたけ ににく (きゅうり キャベツ コーン)	さけ しょうゆ ケチャップ とうばんじやん(す) しょう ゆ	654	770			
10	水	きやべついりひらつくね はくさいのあえもの ぶたじる	【むぎごはん】さとう かたくりこ(さといも)	あぶら 【き】	とりにく かつおぶし (ぶたにく あつあげ みそ)	【ぎゅうにゅう】 (にんじん) (にんじん ねぎ)	キャベツ(はくさい) (ごぼう にんにくやく しようが)	しお(す) しょうゆ(あつけ ずりぶし)	645	759				
11	木	きたうらちゅう リクエストこんだて♥	【しょくパン】 (じやがいも)	【き】	【ぎゅうにゅう】 ホイップクリーム	(にんじん ブロッコリー) 【ぎゅうにゅう】 ホイップクリーム	もも みかん パイン (たまねぎ キャベツ)	しお しょうゆ こしょう と りがら	648	799				
12	金	さばのゆずみそに そえやさい きのこじる	【ごはん】(さとう) (さとう)	【さば】(ごま)	とりにく あぶらあげ とうふ(みそ)	【ぎゅうにゅう】 (こまつな)	(ゆず)(キャベツ) えのき しめじ しいたけ たまねぎ	《みりん》(しょうゆ) しょうゆ しお あつけずりぶし	610	720				
15	月	メンチカツバーガー ^{ねん} こんでキヤベツ いっしょくソース ミルメークコーヒー	【バーガーパン】 ばんこ (ミルメークコーヒー)	あぶら 【帽子】	ぶたにく (とりにく)	【ぎゅうにゅう】 (にんじん ねぎ)	たまねぎ キャベツ (たまねぎ だいこん れんこん)	ちゅうのラソース(あつけず りぶし しょうゆ しお こ しょう)	634	763				
16	火	★ひむか地産地消の日	おでんに ちぐさやき	【ごはん】 かたくりこ さといも (さとう)	とりにく ちくわ あぶらあげ (たまご とりにく)	【ぎゅうにゅう】 こんぶ(チーズ)	にんじん (にんじん ほうれんそう)	ごぼう こんにゃく だいこん(たまねぎ)	しょうゆ さけ みりん あ つけずりぶし(しょうゆ)	632	762			
17	水	✿ 北川中1・2年なし	ぐだくさんやさいいため いしかりじる	【ごはん】 さとう (じやがいも)	あぶら 【魚】	ぶたにく (しゃけ あぶらあげ)	【ぎゅうにゅう】	にんじん ピーマン (にんじん ねぎ)	キャベツ たまねぎ しょうが(はくさい えのき)	さけ しょうゆ しお(さけ あつけずりぶし)	619	726		
18	木	✿ 浦城小なし	ながさきさらうどん おかかあえ	【げんりょうコッペパン】 チャーメン かたくりこ (さとう)	ごまあぶら 【魚】	ぶたにく いか てんぶら (かつおぶし)	【ぎゅうにゅう】 (にんじん こまつな)	たまねぎ はくさい もしや きくらげ しょうが ににく(キャベツ きゅうり)	しょうゆ しお こしょう オ イスターーソース さけ あつ けずりぶし(しょうゆ)	619	737			
19	金	うらしおりょう リクエストこんだて♥	【ごはん】 さとう かたくりこ (さとう)	(ごま)	とりにく かまぼこ たまご (かにかま)	【ぎゅうにゅう】 (あおさ)	にんじん ねぎ (にんじん)	たまねぎ しいたけ (だいこん きゅうり)	さけ みりん しょうゆ しお (しょうゆ)	609	723			
22	月	★冬至メニュー	ごめこパン パンプキンサラダ	とりにくとやさいのカレークリームに じやがいも ごめこ さとう	【ごめこパン】 じやがいも ごめこ さとう	バター (たまごなしマヨネーズ) ミックスピーナッツ	【ぎゅうにゅう】 チーズ ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー (かぼちゃ にんじん)	たまねぎ しめじ (きゅうり)	お カレーご こしょう しょうゆ さけ とりがら(し お こしょう)	647	746		
23	火	とりにくのスパイスあげ コンソメスープ クリスマスケーキ	【ごはん】 かたくりこ こむぎこ (さとう こむぎこ チョコレート)	あぶら	とりにく(とりにく)	【ぎゅうにゅう】 (にんじん こまつな)	(たまねぎ キャベツ (ホイップクリーム)	えのき)	ガーリック バブリカ しお こしひょう(コンソメ しお こ しょう)	719	835			
24	水	✿ 北浦中なし	ハヤシライス つぼみふくらサラダ	【ごはん】 じやがいも こむぎこ さとう(さとう)	バター (あぶら)	ぶたにく	【ぎゅうにゅう】 チーズ	にんじん(ブロッコリー にんじん)	たまねぎ グリンピース マッシュルーム ににく (カリフラワー きゅうり)	しお こしひょう デミグラスソース ケ チャップ ワイン ウスターーソース しお ウィンナー トマトピューレ (しょうゆ しお こしひょう)	665	791		
※市場等の状況により、食材を変更する場合もあります。														

冬至は1年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。
冬至に向かって日が短くなり、冬至をすぎると日は長くなっていく
ので、「太陽がよみがえる日」とも考え
られています。冬至には、かぼちゃや
小豆がゆなどを食べたり、ゆず湯に
入ったりする習わしがあります。

もうすぐ冬至です

