



2025

12月の学校給食献立予定表

大洲市学校給食センター

日曜	配膳図	献立名	血や肉や骨になる	体の調子を整え病気を防ぐ	はたらく力や体温となる	(3・4年)	
						中学校	中学校
1月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	616	297
		エビチリソース	エビ 卵 鶏肉 かきエキス	とうもろこし たまねぎ にんにく しょうが トマト	小麦粉 砂糖 油 でん粉 水あめ		
		中華サラダ		ほうれん草 キャベツ にんじん	ごま油 ごま	760	315
		春雨スープ	豚肉	もやし にんじん ねぎ	春雨		
2火		白ご飯 牛乳	牛乳		米	625	405
		いわしのみぞれ煮	いわし	大根	砂糖 でん粉		
		じゃこあえ	ちりめん わかめ	キャベツ にんじん	砂糖	763	453
		ちゃんこ鍋	鶏肉 油揚げ 豆腐	大根 白菜 にんじん しいたけ 白ねぎ	こんにゃく		
菅田小 米飯リクエスト献立							
3水		白ご飯 牛乳	牛乳		米	634	266
		鶏肉のから揚げ	鶏肉	しょうが にんにく	でん粉 油		
		海藻サラダ	わかめ 赤つのまた 昆布 すぎのり カツオ	ブロッコリー キャベツ 梅 たまねぎ しそ りんご果汁 レモン果汁 しいたけ	砂糖	782	276
		ABCスープ	ウインナー 乳	にんじん たまねぎ しめじ	小麦粉 じゃがいも		
4木		コッペンパン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油	653	414
		ほうれん草オムレツ	卵	ほうれん草	油 でん粉		
		コーンサラダ		キャベツ とうもろこし にんじん たまねぎ	油 砂糖	849	489
		大豆とミートボールのケチャップ煮	豚肉 鶏肉 大豆 えんどう豆	しめじ たまねぎ にんじん トマト パセリ	でん粉 砂糖 小麦粉		
5金		白ご飯 牛乳	牛乳		米	625	324
		じゃこカツ	魚肉すり身 卵 大豆粉 粉乳	たまねぎ にんじん とうもろこし	砂糖 でん粉 油 パン粉 小麦粉		
		五色あえ	油揚げ	キャベツ きゅうり 白菜 にんじん	砂糖	771	350
		さつまいものみそ汁	豆腐 麦みそ	たまねぎ にんじん 大根 ねぎ	さつまいも		
8月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	647	426
		メヒカリのカレーフライ	メヒカリ		パン粉 小麦粉 油 でん粉		
		おかかあえ	カツオ節	キャベツ もやし きゅうり		798	482
		けんちん汁	鶏肉 油揚げ	にんじん しめじ 大根 ねぎ			
ス米幼 米飯リクエスト献立							
9火		白ご飯 牛乳	牛乳		米	650	282
		ハンバーグ	鶏肉 牛肉 乳	たまねぎ りんご レモン果汁	パン粉 砂糖 油		
		ブロッコリーサラダ	カツオ節	ブロッコリー にんじん しいたけ キャベツ ゆず果汁 すだち果汁	砂糖	761	295
		卵スープ	鶏肉 卵	たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ	でん粉		
10水		白ご飯 牛乳	牛乳		米	640	291
		魚のレモン煮	ホキ	レモン果汁	油 砂糖 でん粉		
		昆布あえ	昆布	ほうれん草 白菜 にんじん	砂糖	791	308
		ワンタンスープ	豚肉	にんじん たまねぎ もやし ねぎ しいたけ にんにく しょうが	でん粉 砂糖 小麦粉 水あめ		
11木		コッペンパン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油	650	306
		豚肉のかりんとう揚げ	豚肉	しょうが	でん粉 油		
		ポテトサラダ		きゅうり とうもろこし	じゃがいも 油 砂糖	826	333
		キャベツスープ	ハム 卵 乳	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ			

12金		白ご飯 牛乳 シンジャモ青のりフライ 甘酢あえ おでん しろごはん	牛乳 シンジャモ 青のり 厚揚げ 鶏肉 ちくわ	米 パン粉 小麦粉 でん粉 油 砂糖 ごま油 さといも こんにゃく 砂糖	645	412
15月		白ご飯 牛乳 かぼちゃひき肉フライ 大根サラダ 白菜と肉団子のスープ	牛乳 豚肉 ハム 卵 乳 豚肉 鶏肉 えんどう豆	かぼちゃ たまねぎ 大根 きゅうり レモン果汁 たまねぎ 白菜 もやし にんじん しいたけ	642	277
16火		白ご飯 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ごまあえ 五目きんぴら	牛乳 ちくわ 青のり もやし ほうれん草 白菜 ごぼう れんこん にんじん さやいんげん	米 小麦粉 でん粉 油 ごま 砂糖 こんにゃく 油 砂糖	631	320
17水		白ご飯 牛乳 ツナそぼろ しそあえ わかめスープ	牛乳 マグロ 卵 わかめ 豆腐	にんじん 枝豆 きゅうり もやし 赤しそ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	623	308
18木		小型パン 牛乳 照焼きチキン イタリアンサラダ クリームシチュー クリスマスケーキ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 キャベツ ブロッコリー にんにく とうもろこし たまねぎ ビーマン 豚肉 鶏肉 牛乳 粉乳 チーズ 乳 卵	パン 砂糖 油 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃがいも 小麦粉 砂糖 でん粉 油 砂糖 小麦粉 チョコレート ココア 水あめ こんにゃく粉 でん粉 油	631	338
19金		白ご飯 牛乳 さつまいものかき揚げ わかめサラダ 豚汁	牛乳 ひじき わかめ 寒天 豚肉 豆腐 麦みそ	たまねぎ にんじん しめじ ごぼう にんじん ねぎ	631	366
22月		白ご飯 牛乳 五目厚焼玉子 ゆずあえ かぼちゃのそぼろ煮	牛乳 卵 ひじき キャベツ 鶏肉 厚揚げ	にんじん たけのこ 白ねぎ しいたけ きゅうり にんじん ゆず果汁 しょうが にんじん たまねぎ かぼちゃ さやいんげん	619	361
23火		白ご飯 牛乳 春巻き 春雨サラダ 八宝菜	牛乳 豚肉 かきエキス きゅうり にんじん もやし 豚肉 いか 鶏肉 かきエキス ホタテエキス	小麦粉 油 でん粉 ココア 水あめ 春雨 砂糖 春雨 砂糖 ごま油 砂糖 でん粉 油 ごま油	629	275
24水		白ご飯 牛乳 野菜コロッケ たくあんあえ 親子汁	牛乳 大豆粉 鶏肉 卵	にんじん かぼちゃ 枝豆 たまねぎ キャベツ にんじん 大根 たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	642	293
25木		きなこ揚げパン 牛乳 パンパンジーサラダ ポトフ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 みそ ホタテエキス ウインナー 乳	パン 砂糖 油 油 ごま 砂糖 じゃがいも	637	344

* 材料の都合により、献立、材料を変更する場合がありますが、ご了承ください。