

学校給食献立予定表 《小学校及び義務教育学校(前期課程)》



令和7年12月

日高市学校給食センター

日	曜	主食	おかず	体を作るものとなる食品	エネルギーのもとなる食品	体の調子を整えるものとなる食品	エネルギー kcal	たん白質 g	備考
1	月	ごはん	ジャージャン豆腐 チヂミ	牛乳 豚肉 みそ 生あげ	ごはん 油 砂糖 でんぶん チヂミ ごま油	にんにく しょうが にんじん たまねぎ しいたけ 長ねぎ	651	26.9	
2	火	ソフトめん	ミートソース ★ココア揚げパン キャベツとコーンのソテー	牛乳 豚肉	ソフトめん バター 小麦粉 砂糖 油 コッペパン ミルメーク	たまねぎ にんじん トマト グリンピース キャベツ コーン	712	24.8	★人気のあるココア揚げパンが久しぶりの登場です。
3	水	ごはん	おでん(うずら卵なし) ★イナダの生姜ダレかけ	牛乳	牛乳 こんぶ ちくわ さつまあげ イナダ	ごはん じゃがいも 砂糖	588	28.1	★イナダとは、ブリの幼魚のことです。成長すると名前が「ワラサ」に変わり、最終的に「ブリ」に変わります。
4	木	ごはん	ホイコーロー [®] シュウマイ(2こ)	牛乳	牛乳 豚肉 みそ シュウマイ	ごはん 油 砂糖 でんぶん ごま油	592	23.6	
5	金	ごはん	チキンカレー ★やつがしらコロッケ	牛乳	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳	ごはん バター じゃがいも 油 やつがしらコロッケ	645	20.3	★やつがしら(ハ頭)とは、親芋と子芋がくっついているさいものことです。ほくほくとした食感が特徴です。
8	月	子どもパン	☆コーンシチュー 肉団子トマトソース(2こ)	牛乳	コーヒーミルク	子どもパン バター 小麦粉 じゃがいも	568	22.9	
9	火	ごはん	★八宝菜(うずら卵なし) あげギョウザ(2こ)	牛乳	牛乳 豚肉 いか えび ギョウザ	ごはん 油 砂糖 でんぶん	600	23.0	★八宝菜の「八」には、「8種類」という意味ではなく、「たくさん」の意味があります。
10	水	ごはん	焼き肉丼 厚焼き卵	牛乳	牛乳 豚肉 厚焼き卵	ごはん 油 砂糖 ごま	578	28.7	
11	木	中華めん	タンメンの汁 にらまんじゅう(2こ)	牛乳	牛乳 豚肉 にらまんじゅう	中華めん ごま油 でんぶん 油	630	24.8	
12	金	★茶めし	カブのみそ汁 鶏肉のからあげ 切干大根の炒め煮	牛乳	牛乳 油あげ みそ わかめ 鶏肉 豚肉	茶めし でんぶん 油 砂糖	590	28.6	★しょうゆや出汁で味付けして炊き上げたごはんです。静岡県では「さくらごはん」と呼ばれています。
15	月	ごはん	肉団子入り春雨スープ 豚肉のバーベキューソースかけ	牛乳	牛乳 肉だんご 豚肉	ごはん 春雨 油 ごま油 でんぶん 砂糖	583	25.3	
16	火	ごはん	大根と豆腐のみそ汁 ★さばの塩焼き にんじんしりしり	牛乳	牛乳 油あげ わかめ みそ 豆腐 かつお節 さばの塩焼き ツナ	ごはん 油 ごま油	603	30.5	★骨に注意して食べましょう。
17	水	食パン	☆白菜のクリーム煮 ウインナー焼き(2ほん)	牛乳	牛乳 豚肉 チーズ ウインナー	食パン バター 油 小麦粉 じゃがいも	624	24.4	
18	木	地粉うどん	★しつぽくうどんの汁 肉団子甘酢あん(2こ)	牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ 肉団子甘酢あん 油あげ	地粉うどん 油 ごま	605	27.4	★秋から冬にとれる野菜と油あげを煮込んだ、香川県の郷土料理です。
19	金	ごはん	日高っ子カレー ★どろ~りハンバーグ	牛乳	牛乳 豚肉 どろ~りハンバーグ ウインナー	ごはん 油 じゃがいも	638	23.1	★「乳」不使用のチーズ風ハンバーグです。
22	月	ごはん	ABCスープ フライドチキン クリスマスケーキ	牛乳	牛乳 ベーコン 鶏肉	ごはん じゃがいも 油 ABCマカロニ でんぶん クリスマスケーキ	748	26.2	

※入荷の都合により、献立を変更することがあります。

※だけのこには、まれに白いものが付着していることがあります。

これは、人々だけのこに含まれている成分(チロシン)であり、問題ありません。

※☆印が付いている献立には、調理用の牛乳が含まれています。

12月19日の「どろ~りハンバーグ」には、チーズ(乳)を使用しておりません!!

見た目はチーズなのにチーズじゃない!?
乳アレルギー対応の「チーズ風ハンバーグ」になっています。中からどろ~りと出てきておいしいハンバーグを楽しみにしてくださいね。(食物アレルギーの方は、詳しくは詳細献立をご覧ください。)



「はし」と「スプーン」を毎日持ってきてましょう!
使ったあとは家に持ち帰り、きれいに洗いましょう。



今月の地場産物

※地場産物…日高市産
埼玉県産



学校給食献立予定表 《中学校及び義務教育学校(後期課程)》



令和7年12月

日高市学校給食センター

日	曜	主食	おかず	体を作るものとなる食品	エネルギーのものとなる食品	体の調子を整えるものとなる食品	エネルギー kcal	たん白質 g	備考
1	月	ごはん	ジャージャン豆腐 チヂミ	牛乳 豚肉 みそ 生あげ	ごはん 油 砂糖 でんぶん チヂミ ごま油	にんにく しょうが にんじん たまねぎ しいたけ 長ねぎ	758	30.5	
2	火	ソフトめん	ミートソース ★ココア揚げパン キャベツとコーンのソテー	牛乳 豚肉	ソフトめん バター 小麦粉 砂糖 油 コッペパン ミルメーク コーン	たまねぎ にんじん トマト グリンピース キャベツ	818	28.3	★人気のあるココア揚げパンが久しぶりの登場です。
3	水	ごはん	おでん(うずら卵なし) ★イナダの生姜ダレかけ	牛乳	牛乳 こんぶ ちくわ さつまあげ イナダ	ごはん じゃがいも 砂糖	707	33.1	★イナダとは、ブリの幼魚のことです。成長すると名前が「ワラサ」に変わり、最終的に「ブリ」に変わります。
4	木	ごはん	ホイコーロー シュウマイ(3個)	牛乳	牛乳 豚肉 みそ シュウマイ	ごはん 油 砂糖 でんぶん ごま油	727	28.6	
5	金	ごはん	チキンカレー ★やつがしらコロッケ	牛乳	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳	ごはん バター じゃがいも 油 やつがしらコロッケ	777	25.1	★やつがしら(ハ頭)とは、親芋と子芋がくっついているさといものことです。ほくほくとした食感が特徴です。
8	月	子どもパン	☆コーンシチュー 肉団子トマトソース(2個)	ミルク	コーヒーミルク 鶏肉 牛乳 肉団子トマトソース	子どもパン バター 小麦粉 じゃがいも	731	27.6	
9	火	ごはん	★八宝菜(うずら卵なし) あげギョウザ(3個)	牛乳	牛乳 豚肉 いか えび ギョウザ	ごはん 油 砂糖 でんぶん	752	27.5	★八宝菜の「八」には、「8種類」という意味ではなく、「たくさん」の意味があります。
10	水	ごはん	焼き肉丼 厚焼き卵	牛乳	牛乳 豚肉 厚焼き卵	ごはん 油 砂糖 ごま	676	32.4	
11	木	中華めん	タンメンの汁 にらまんじゅう(3個)	牛乳	牛乳 豚肉 にらまんじゅう	中華めん ごま油 でんぶん 油	790	30.0	
12	金	★茶めし	カブのみそ汁 鶏肉のからあげ 切干大根の炒め煮	牛乳	牛乳 油あげ みそ わかめ 鶏肉 豚肉	茶めし でんぶん 油 砂糖	701	33.3	★しょうゆや出汁で味付けして炊き上げたごはんです。静岡県では「さらうごはん」と呼ばれています。
15	月	ごはん	肉団子入り春雨スープ 豚肉のバーベキューソースかけ	牛乳	牛乳 肉だんご 豚肉	ごはん 春雨 油 ごま油 でんぶん 砂糖	695	29.2	
16	火	ごはん	大根と豆腐のみそ汁 ★さばの塩焼き にんじんしりしり	牛乳	牛乳 油あげ わかめ みそ 豆腐 かつお節 さばの塩焼き ツナ	ごはん 油 ごま油	722	35.6	★骨に注意して食べましょう。
17	水	食パン	☆白菜のクリーム煮 ウインナー焼き(3本)	牛乳	牛乳 豚肉 チーズ ウインナー	食パン バター 油 小麦粉 じゃがいも	794	30.2	
18	木	地粉うどん	★しっぽくうどんの汁 肉団子甘酢あん(2個)	牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ 肉団子甘酢あん 油あげ	地粉うどん 油 ごま	707	31.3	★秋から冬にとれる野菜と油あげを煮込んだ、香川県の郷土料理です。
19	金	ごはん	日高っ子カレー ★とろ~りハンバーグ	牛乳	牛乳 豚肉 とろ~りハンバーグ ウインナー	ごはん 油 じゃがいも	756	26.5	★「乳」不使用のチーズ風ハンバーグです。
22	月	ごはん	ABCスープ フライドチキン クリスマスケーキ	牛乳	牛乳 ベーコン 鶏肉	ごはん じゃがいも 油 ABCマカロニ でんぶん クリスマスケーキ	904	30.5	

※入荷の都合により、献立を変更することがあります。

※たけのこには、まれに白いもののが付着していることがあります。

これは、元々たけのこに含まれている成分(チロシン)であり、問題ありません。

※☆印が付いている献立には、調理用の牛乳が含まれています。

12月19日の「とろ~りハンバーグ」には、チーズ(乳)を使用しておりません!!

見た目はチーズなのにチーズじゃない!?
乳アレルギー対応の「チーズ風ハンバーグ」になっています。中からとろ~りと出てきておいしいハンバーグを楽しみにしていてくださいね。(食物アレルギーの方は、詳しくは詳細献立をご覧ください。)



「はし」と「スプーン」を毎日持ってましょう!
使ったあとは家に持ち帰り、きれいに洗いましょう。



今月の地場産物

※地場産物…日高市産
埼玉県産

