

# 令和7年 12月 学校給食献立表

善通寺市・琴平町・多度津町学校給食センター

日 (曜)	牛 乳	主食 スプーン	献立名	食品名					kcal	
				おもにエネルギーのもとに なる食品(黄)		おもに体をつくるもとに なる食品(赤)		おもに体の調子を整える もとになる食品(緑)		
				年中	小4	中2				
1 (月)	牛乳	ごはん (委託)	八宝菜 大学いも 煮干し	米 でんぶん さつまいも 砂糖	ごま油 ごま 油	豚肉 うずら卵 いか	牛乳 煮干し	チンゲンサイ にんじん	キャベツ たまねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが	511 674 846
2 (火)	牛乳	ダイシモチ ごはん	さばの塩焼き 野菜と昆布のあえもの 大根の雪花	米 ダイシモチ	ごま油 ごま 油	さば 豆腐 てんぷら 油揚げ	牛乳 塩こんぶ	にんじん	きゅうり キャベツ だいこん	525 677 836
3 (水)	牛乳	ごはん (委託)	厚揚げのゆずみそかけ 小松菜のちらりめん炒め 湯葉入りすまし汁 香川県産メロン	米 砂糖 でんぶん	ごま 油	厚揚げ みそ ゆば なると	牛乳 ちらりめんじゃこ	こまつな にんじん 葉ねぎ	もやし キャベツ たまねぎ だいこん メロン	476 626 803
4 (木)	牛乳	冬野菜 カレーライス 刀	元気サラダ ミニトマト みかんゼリー	米 ダイシモチ じゃがいも 砂糖 ゼリー	油	牛肉 豚レバー ハム かつお節	牛乳 こんぶ	にんじん ブロッコリー ミニトマト	ごぼう れんこん たまねぎ だいこん にんにく キャベツ きゅうり コーン	506 656 781
5 (金)	牛乳	小型 ミルクパン	トマトのペンネ ツナサラダ 揚げココアピーンズ	パン マカロニ 砂糖 でんぶん	バター オリーブ油 油	ベーコン まぐろ水煮 大豆	牛乳 チーズ	ほうれんそう パセリ トマト ブロッコリー にんじん	たまねぎ エリンギ にんにく きゅうり コーン	482 621 789
8 (月)	牛乳	ごはん (委託)	すき焼き風煮 きゅうりとわかめの酢の物 みかん	米 こんにゃく 砂糖	油	牛肉 焼き豆腐	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ しゅんぎく	だいこん はくさい 干しいたけ もやし きゅうり みかん	464 603 745
9 (火)	牛乳	ダイシモチ ごはん	ちぬの梅しそ揚げ まんぱのごま酢あえ 大根汁	米 ダイシモチ パン粉 砂糖 じゃがいも	油 ごま油 ごま油	ちぬ 豆腐 大豆 油揚げ みそ	牛乳	しそ まんば にんじん 葉ねぎ	うめ キャベツ もやし 切り干し大根 たまねぎ	492 640 764
10 (水)	牛乳	コッペパン 刀	レタスのクリームシチュー 小松菜のガーリックソテー 香緑	パン じゃがいも 小麦粉	バター 油	鶏肉 ワインナー あさり 豆乳 豆乳クリーム ベーコン	牛乳 チーズ クリーム	にんじん こまつな	たまねぎ レタス コーン にんにく キウイフルーツ	434 631 770
11 (木)	牛乳	チキンライス	もみの木ハンバーグ 紫白菜のマリネ かぶのボトフ チケッキー	米 砂糖 じゃがいも ケーキ	油	鶏肉 ハンバーグ ワインナー	牛乳	にんじん パセリ	グリンピース たまねぎ 紫はくさい きゅうり だいこん かぶ エリンギ	539 651 781
12 (金)	牛乳	コッペパン 刀	ポルシチ マカロニサラダ いりごとナツツの オリーブオイルがらめ	パン じゃがいも マカロニ 砂糖	油 ドレッシング アーモンド オリーブ油	牛肉 豆乳クリーム	牛乳 クリーム 煮干し	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ かぶ セロリ ピーツ コーン きゅうり	446 617 768
15 (月)	牛乳	あぶたま丼 (委託) 幼のみ	ちくわの天ぷら 菜花のおかかあえ しょうゆ豆	米 砂糖 でんぶん 小麦粉 米粉	油	油揚げ 卵 ちくわ かつお節 しょうゆ豆	牛乳	にんじん 菜花	エリンギ 干しいたけ たまねぎ えだまめ キャベツ はくさい	547 686 827

日 (曜)	牛 乳	主食 スプーン	献立名	食品名					kcal
				おもにエネルギーのもとに なる食品(黄)		おもに体をつくるもとに なる食品(赤)		おもに体の調子を整える もとになる食品(緑)	
				年中	小4	中2			
16 (火)	牛乳	金時人参 のピラフ	鶏肉のチーズ焼き ミニトマト オニオンヌードルスープ いちごクレープ	米 大麦 ひじめん クラープ	油 オリーブ油	ベーコン 鶏肉	牛乳 チーズ	金時にんじん パセリ ミニトマト にんじん	498 620 728
17 (水)	牛乳	ごはん (委託) 幼のみ	さわらのきのこあんかけ きんぴられんこん けんちん汁 キウイのたまご	米 砂糖 でんぶん こんにゃく	ごま油	さわら てんぷら 豆腐 油揚げ	牛乳	葉ねぎ にんじん	たまねぎ しめじ しょが れんこん だけのこ ごぼう キウイフルーツ
18 (木)	牛乳	みそラーメン	揚げぎょうざ サニーレタスのナムル	中華めん 砂糖	ごま油 油 こま	豚肉 みそ ぎょうざ	牛乳	葉ねぎ サニーレタス にら にんじん	にんにく しょが コン だけのこ はくさい もやし きゅうり
19 (金)	牛乳	ポテトサンド 刀	ミネストローネ 炒りナッツ(小・中)	パン 全粒粉 じゃがいも 砂糖 マカロニ	ドレッシング オリーブ油 アーモンド ガーナツ	白いんげん豆 ベーコン	牛乳	にんじん パセリ トマト	きゅうり たまねぎ キャベツ セロリ エリンギ にんにく
22 (月)	牛乳	ごはん (委託)	わかさぎのゆずおろしかれかけ 小松菜と金時人参のあえもの かぼちゃのみそ汁	米 でんぶん	油	油揚げ みそ	牛乳 わかさぎ	こまつな 金時にんじん かぼちゃ 葉ねぎ	だいこん きゅうり もやし コーン たまねぎ
23 (火)	牛乳	麦ごはん	肉じゃが ブロッコリーの ごまドレッシングあえ りんご	米 大麦 じゃがいも こんにゃく 砂糖	油 ごま こま油	牛肉 ハム	牛乳	にんじん 葉ねぎ ブロッコリー	たまねぎ エリンギ キャベツ りんご
24 (水)	牛乳	レーズンパン	さけの黄金焼き イタリアンサラダ 食べて菜のスープ	パン	ドレッシング 油	さけ 豚肉	牛乳	にんじん 食べて菜	レーズン きゅうり キャベツ えだまめ たまねぎ エリンギ だいこん しょが

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※幼稚園または小学校、中学校のみの献立についてはそれぞれ(幼)(小)(中)と表記しています。

※市内・町内産の食材には下線を引いています。

☆善通寺市・琴平町・多度津町産食材

ダイシモチ、こまつな、ミニトマト、

サニーレタス、葉ねぎ、菜花、紫白菜、

ビーツ、レタス、キウイのたまご、

香緑



善通寺市・琴平町・多度津町  
学校給食センター  
ホームページ



<https://zkt-kyushoku.jp/>