

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)		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 だけのこ 干ししいたけ しょうが	511
										674
										846
2 (火)		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 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)		ごはん (委託)	厚揚げのゆずみそかけ 小松菜のちりめん炒め 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)		冬野菜 カレーライス 	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)		小型 ミルクパン	トマトのペンネ ツナサラダ 揚げココアビーンズ	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)		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 干ししいたけ もやし きゅうり みかん	464
										603
										745
9 (火)		ダイシモチ ごはん	ちぬの梅しそ揚げ まんばのごま酢あえ 大師汁	米 ダイシモチ パン粉 砂糖 じゃがいも	油 ごま 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)		コッパパン 	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 ウィンナー 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)		チキンライス	もみの木ハンバーグ 紫白菜のマリネ かぶのポトフ プチケーキ	米 砂糖 じゃがいも ケーキ	油	鶏肉 ハンバーグ ウィンナー	牛乳	にんじん パセリ	グリーンピース 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)		コッパパン 	ボルシチ マカロニサラダ いりことナッツの 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)		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)		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 ふしめん クレープ	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	えだまめ たまねぎ もやし エリンギ	498 620 728
17 (水)		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 しょうが れんこん だけのこ ごぼう キウイフルーツ	474 610 771
18 (木)		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 ごま	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 しょうが コーン だけのこ はくさい もやし きゅうり	490 604 757
19 (金)		ポテトサンド 	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 かぶナッツ	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	401 598 750
22 (月)		ごはん (委託)	わかさぎのゆずおろしだれかけ 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	464 614 772
23 (火)		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 ごま油	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	469 614 733
24 (水)		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 しょうが	447 787

※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/>

