


































12月

学校給食献立表

令和7年度12月
呉市立川尻小学校



日	曜日	献立名	つかわれているたべもの					エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)		
			おもにからだを つくる赤のたべもの		おもにからだのちょうしを とどめる緑のたべもの		おもにエネルギーの もとになる黄色のたべもの				
1	月	  ちゃんこなべ くわいのからあげ ふりかけ	 とりだんご あぶらあげ とうふ みそ かつおふりかけ	ぎゅうにゅう	 にんじん	 にら ごぼう だいこん たまねぎ くわい	こめ	あぶら	645	22	
2	火	  さばのごまみそやき キャベツのひろしあえ はんぺんのすましじる	 さば みそ はんぺん	ぎゅうにゅう こんぶ	 ひろしまな にんじん ねぎ	 しょうが きゃべつ たまねぎ えのきだけ	こめ	さとう ごま ごまあぶら	574	21	
3	水	  ハヤシライス マッシュスイートポテト		ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	 にんじん えだまめ トマト	 しょうが にんにく たまねぎ りんご	こめ さつまいも さとう	あぶら バター なまクリーム	669	17
4	木	  カラフルポーク あつあげのみそしる こざかな	 ぶたにく あつあげ みそ	ぎゅうにゅう かえりいりこ	 にんじん ごまつな ねぎ	 しょうが とうもろこし たまねぎ えのきだけ	こめ でんぶん さとう	あぶら	657	27	
5	金	  だいすうどん れんこんとごぼうのサラダ チョコクリーム	 だいす とりにく あぶらあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう	 にんじん ねぎ	 たまねぎ れんこん ごぼう とうもろこし	パン うどん てんかす さとう	 アイシング クリーム	663	23	
8	月	  ぼたんキムチ トッポグスープ		 いのししにく たまご	ぎゅうにゅう	 にんじん にら	 にんにく しょうが たまねぎ もやし きゃべつ はくさいキムチ しろねぎ	こめ さとう トッポグ	あぶら ごま ごまあぶら	670	25
9	火	  あかうおのコーンマヨやき ほうれんそうのいそかあえ げんきじる	 あかうお かつおぶし あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう しらすほし のり	 パセリ ほうれんそう にんじん ねぎ	 たまねぎ とうもろこし もやし	こめ さとう さつまいも	 アイシング クリーム	617	25	
10	水	  わかめ ごはん まごわやさしいにもの かきたまじる		ぎゅうにゅう とりにく だいす ちくわ たまご	 わかめ こんぶ	 にんじん いんげん ねぎ	 ごぼう こんにゃく こんにゃく ほししいたけ たまねぎ えのきだけ	こめ じゃがいも さとう でんぶん	あぶら ごま	584	21
11	木	  ヤンニョムシャーク もやしのナムル わかめスープ		さめ みそ やきぶた わかめ かまぼこ	ぎゅうにゅう	 にんじん にら ねぎ	 にんにく もやし たまねぎ	こめ でんぶん はちみつ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	573	23
12	金	  スイートポテトシチュー はなやさいのサラダ バター		とりにく ハム	ぎゅうにゅう	 にんじん いんげん ブロッコリー	 たまねぎ カリフラワー きゃべつ	パン さつまいも	 アイシング クリーム バター	657	26
15	月	  おでん ごまじゃこキャベツ あじつけのり	 六年生と	ぎゅうにく あつあげ コロてん うすらたまご	ぎゅうにゅう しらすほし のり	 にんじん	 こんにゃく だいこん きゃべつ	こめ さとう		590	24
16	火	  さかさシューマイ キャベツのこんぶあえ にらたまスープ	 五年生と 社会見学	ぶたにく かつおぶし たまご	ぎゅうにゅう こんぶ	 ねぎ にんじん にら	 ほししいたけ しょうが たまねぎ きゃべつ はくさい もやし	こめ しゅうまいのかわ さとう でんぶん	ごまあぶら	620	24
17	水	  なめしのぐ ぼたん汁 みかん		さけ いのししにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう しらすほし	 ひろしまなづけ にんじん ねぎ	 ごぼう だいこん こんにゃく みかん	こめ じゃがいも ごま		608	23
18	木	  さわらのてりやき ほうれんそうのごまあえ 12がつのみそしる ゆずゼリー		さわら あつあげ みそ	ぎゅうにゅう	 ほうれんそう にんじん かぼちゃ ねぎ	 しょうが はくさい もやし たまねぎ えのきだけ	こめ さとう ゆずゼリー	ごま	621	25
19	金	  フライドチキン ブロッコリー コンスープ バター		とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	 ブロッコリー にんじん パセリ	 しょうが たまねぎ とうもろこし	パン じゃがいも あぶら バター		662	32
22	月	  チキンライ ス のび ヨーグル ト	 おたんじょう び	とりにく ベーコン	のびヨーグル	 にんじん	 たまねぎ とうもろこし しょうが きゅうり きゃべつ	こめ さとう マカロニ じゃがいも クリスマス デザート	あぶら	717	27

※物資の納入状況により、献立や食材を変更することがあります。ご了承ください

今月の給食費
260(円)×16(回)=4,160(円)
※5・6年生 260(円)×15(回)=3,900(円)