

《小学校》

12月分予定献立表

令和7年度 都城学校給食センター

A コース	B コース	C コース	献立名		食 材 料				アレルギー表示		栄養価 エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)	
			主食およびおかず		血や肉・骨になるもの (赤)	力やねつになるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)	調味料・その他		★義務 8品目		☆推奨 20品目
全給食日			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					乳	—	
1 月	2 火	3 水		コッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	591	
				ふゆやさいのクリームに	とりにく ぎゅうにゅう ナチュラルチーズ なまクリーム だいず せいにゅう	しょうぶつゆし	はくさい にんじん たまねぎ かぶ グリンピース	クリームポタージュ(A) 塩 こしょう 白ワイン	小麦 乳	鶏肉 大豆	23.5	
				いもいもサラダ	まぐろ まぐろみずに	じゃがいも さつまいも たまごしょうマヨネーズ	きゅうり スイートコーン	淡口 塩 こしょう	小麦	大豆		
2 火	3 水	4 木		しろごはん		こめ			塩 野菜エキス	—	—	601
				よせなべ	かまぼこ とりにく とうふ たら くるまふととりにくのにくだんこ とりにく	マロニー でんぶん さとう	にんじん だいずもやし はくさい ねぎ	かつおだし 酒 みりん 濃口 淡口 塩 塩 コチニール色素	小麦	鶏肉 大豆		
				だいこんサラダ	いろいろつかまぼこ たら ほき	さんおんとう いりごま でんぶん さとう みずあめ えごまゆ	だいこん にんじん きゅうり	淡口 酢 香りごまドレッシング かつおだし 塩 紅糖色素	小麦	大豆 ごま	22.9	
				みかん			みかん		—	—		
3 水	4 木	5 金		げんりょうコッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン さとう ショートニング こむぎこ		塩 イースト	小麦 乳	—	585	
				みそラーメン(ぐ)	ぶたにく あかみそ みそ やきふた ぶたにく とりにく	こめあぶら さとう	きくらげ もやし スイートコーン キャベツ チンゲンサイ にんじん ねぎ	にんにく しょうが 豚清湯 淡口 酒 塩 こしょう	小麦	豚肉 大豆 鶏肉		
				ラーメン		ラーメン こめあぶら こむぎこ でんぶん	ごんにゃく	塩	小麦	—	24.5	
				ごぼうのサラダ	いとかまぼこ たら	さんおんとう たまごしょうマヨネーズ でんぶん さとう	ごぼう にんじん きゅうり	塩 淡口 酢 ケチャップ みりん 塩 かつおだし 昆布だし	小麦	大豆		
4 木	5 金	1 月		しろごはん		こめ			—	—	608	
				ほいごろうとん	ぶたにく あかみそ あぶらあげ	こめあぶら さんおんとう でんぶん	ピーマン にんじん だいこん キャベツ ほうししいたけ ねぎ	しょうが 濃口 白ワイン 豚清湯 淡口 酒 塩 こしょう	小麦	豚肉 大豆		
				ちゅうかスープ	しろみざかなとごぼうのだんご とうふ いとよりたい たら	でんぶん さとう	ごぼう	しょうゆ 塩 かつおだし 昆布だし	小麦	大豆	22.4	
5 金	1 月	2 火		しろごはん		こめ			—	—	611	
				いわしおかかに	いわし かつおぶし	さとう でんぶん		しょうゆ みりん 塩	小麦	大豆		
				ごもくきんぴら	あつあげ	こめあぶら さんおんとう	ごぼう れんこん にんじん さやいんげん	酒 みりん 濃口	小麦	大豆	22.1	
				ぐだくさんみそしる	あぶらあげ みそ	さつまいも	はくさい だいこん えのきたけ しめじ ねぎ	煮干しだし	—	大豆		
8 月	9 火	10 水		げんりょうコッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン さとう ショートニング こむぎこ		塩 イースト	小麦 乳	—	586	
				きりぼしだいこんいりスパゲティ	ぶたにく だいず	スパゲティ	きりぼしだいこん たまねぎ にんじん ピーマン しめじ トマト	塩 ケチャップ ウスター 赤ワイン こしょう	小麦	豚肉 大豆		
				かいそうサラダ	わかめ くきわかめ あかかえてのり いろいろつかまぼこ たら ほき	さんおんとう でんぶん さとう みずあめ えごまゆ	にんじん きゅうり いとかんてん	淡口 酢 日向夏ドレッシング かつおだし 塩 紅糖色素	小麦	大豆	24.0	
9 火	10 水	11 木		わかめごはん	わかめ	こめ さとう		塩	—	—	590	
				おでん	とりにく こんぶ あつあげ あけボール たら いとよりたい だいず	じゃがいも さんおんとう でんぶん さとう たなねあぶら でんぶん さとう だいずゆ	だいこん にんじん ごんにゃく	かつおだし 濃口 みりん 塩	小麦	鶏肉 大豆		
				やさいとツナのサラダ	まぐろみずに	さんおんとう たまごしょうマヨネーズ	キャベツ にんじん きゅうり スイートコーン	酢 淡口 塩 こしょう 塩 野菜エキス	小麦	大豆	25.1	
10 水	11 木	12 金		チーズパン	だっしふんにゅう ナチュラルチーズ	チーズパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	601	
				コーンポタージュスープ	ぎゅうにゅう ナチュラルチーズ ぶたにく なまクリーム だいず せいにゅう	じゃがいも さとう みずあめ しょうぶつゆし	たまねぎ にんじん クリームコーン グリンピース	豚清湯 クリームポタージュ(B) 塩 こしょう	小麦 乳	豚肉 大豆		
				やさいのガーリックソテー		こめあぶら	キャベツ にんじん スイートコーン たまねぎ エリンギ	にんにく 粉 塩 こしょう 淡口	小麦	大豆	22.4	
11 木	12 金	8 月		しろごはん		こめ			—	—	605	
				チキンカレー	とりにく	じゃがいも	たまねぎ にんじん しめじ あおめ	濃口 赤ワイン 白ワイン 豚清湯 濃口 酒 塩 こしょう	小麦	鶏肉 大豆		
				イタリアンサラダ	うおそうめん ぎょうにく	さんおんとう でんぶん みずあめ さとう べにばなゆ	キャベツ にんじん きゅうり ブロッコリー	酢 淡口 塩 こしょう イタリアンドレッシング 塩 みりん	小麦	大豆	22.4	
12 金	8 月	9 火		しろごはん		こめ			—	—	626	
				あおさいりホキフライ	あおさいりホキフライ ほき だいず あおさ	こめあぶら パンこ こむぎこ でんぶん		塩 香辛料	小麦	大豆		
				ほうれんそうのソテー	さつまあげ だいず ぎょうにく	こめあぶら でんぶん さとう だいずゆ	ほうれんそう にんじん スイートコーン	塩 こしょう	—	大豆	23.7	
				スキーじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	さつまいも さつまいも	ごんにゃく だいこん にんじん ごぼう ねぎ	しょうが	—	豚肉 大豆		
15 月	16 火	17 水		こくとうパン	だっしふんにゅう	こくとうパン くろざとう さとう ショートニング こむぎこ		塩 イースト	小麦 乳	—	587	
				パスタいりピヤベース	かいてりや(フランス) いか だいず たら	シェルマカロニ	たまねぎ にんじん トマト パセリ	濃口 白ワイン 白ワイン 豚清湯 濃口 酒 塩 こしょう	小麦	いか 大豆		
				グリーンサラダ	クリスマスケーキ(いちご) クリスマス	さんおんとう	きゅうり キャベツ ブロッコリー	淡口 酢 青じそドレッシング	小麦	大豆	25.4	
16 火	17 水	18 木		クリスマスケーキ(いちご)	とうにゅう だいず	さとう みずあめ しょうぶつゆし ころも でんぶん こめ	いちご	紅糖色素	—	大豆	602	
				しろごはん		こめ			—	—		
				マーボー豆腐	ぶたにく みそ あかみそ とうふ	さんおんとう でんぶん	たまねぎ にんじん ほししいたけ だけのこ にち	麻婆豆腐の素 濃口	小麦	豚肉 鶏肉 ゼラチン 大豆	24.0	
				もやしのナムル		いりごま さんおんとう ごまあぶら	りょうとうもやし きゅうり にんじん ほうれんそう	にんにく 淡口 酢	小麦	ごま 大豆		
17 水	18 木	19 金		げんりょうこめこパン	だっしふんにゅう	こめこパン こめこ こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	590	
				ごもくうどん	かまぼこ とりにく あぶらあげ たら	うどん でんぶん さとう	にんじん ほししいたけ ねぎ わらび えのきたけ だいこん	煮干しだし 淡口 濃口 みりん 塩	小麦	鶏肉 大豆		
				だいずといりこのあげに	だいず かえりちりめん	さつまいも でんぶん こめあぶら さんおんとう		濃口	小麦	大豆	28.4	
18 木	19 金	15 月		しろごはん		こめ			—	—	595	
				にしめ	とりにく あつあげ こんぶ あけボール たら いとよりたい だいず	さといも さんおんとう でんぶん さとう だいずゆ	だいこん にんじん ごぼう ごんにゃく ほししいたけ さやいんげん	煮干しだし チキンスープ 濃口 みりん	小麦	鶏肉 大豆		
				はくさいのしおこんぶあえ	しおこんぶ こんぶ あぶらあげ	さんおんとう こめあぶら	はくさい きゅうり にんじん	淡口 みりん 酢 しょうゆ 塩	小麦	大豆	23.4	
19 金	15 月	16 火		しろごはん		こめ			—	—	713	
				サイコロステーキ	ぎゅうにく	さんおんとう でんぶん	たまねぎ しめじ エリンギ	塩麹 酒 にんにく 濃口 みりん 酢	小麦	牛肉 大豆		
				フライドポテト	ナチュラルポテト じゃがいも しょうぶつゆし	じゃがいも しょうぶつゆし		野菜ブイヨン 塩	—	—	22.4	
ジュリアンスープ	ベーコン ぶたにく	さとう みずあめ	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	野菜ブイヨン 塩 淡口 こしょう 塩	小麦	豚肉 大豆						
22 月	23 火	24 水		ミルクパン	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう	ミルクパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	617	
				かぼちゃひきにくフライ	かぼちゃひきにくフライ だいず ぶたにく	こめあぶら じゃがいも さとう しょうぶつゆし	かぼちゃ たまねぎ りんご	しょうゆ ウスター 濃口 白ワイン 豚清湯 濃口 酒 塩 こしょう	小麦	りんご 豚肉 大豆		
				ブロッコリーと カリフラワーのサラダ	いろいろつかまぼこ たら ほき	さんおんとう でんぶん さとう みずあめ えごまゆ	カリフラワー ブロッコリー にんじん	淡口 酢 イタリアンドレッシング かつおだし 塩 紅糖色素	小麦	大豆	20.8	
				ポテトスープ		じゃがいも でんぶん	たまねぎ にんじん ほうれんそう カリフラワー スイートコーン パセリ	シチュー N 淡口 塩 こしょう	小麦	大豆		
23 火	24 水			しろごはん		こめ			—	—	679	
				ちゅうかどん	とりにく あぶらあげ	でんぶん	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ きくらげ ほういちけ	しょうが チキンスープ 鶏肉のスープ 塩 こしょう 濃口	小麦	鶏肉 大豆		
				だいがくいも	さつまいも こめあぶら みずあめ さんおんとう		濃口	小麦	大豆	20.7		
24 水				コッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	613	
				ポークビーンズ	ベーコン ぶたにく だいず	じゃがいも さんおんとう	たまねぎ にんじん トマト やさいジュース	野菜ブイヨン ウスター 酢 ケチャップ 塩 こしょう 塩	—	豚肉 大豆		
				チーズサラダ	ナチュラルチーズ	こめあぶら さんおんとう	キャベツ きゅうり にんじん	酢 淡口 塩 こしょう フレンチドレッシング	乳 小麦	大豆	26.9	
22 月				しろごはん		こめ			—	—	600	
				かぼちゃのそぼろに	とりにく あぶらあげ	さんおんとう	にんじん たまねぎ かぼちゃ あおめ	濃口 みりん	小麦	鶏肉 大豆		
				とうにゅうみそしる	あつあげ みそ だいず	さつまいも みずあめ	だいこん しめじ ねぎ	煮干しだし 塩	—	大豆	23.7	
22 月	23 火			しろごはん		こめ			—	—	631	
				ごまみそに	あけボール たら いとよりたい だいず きぬあつあげ	さといも さんおんとう すりごま でんぶん さとう だいずゆ	にんじん ごぼう あおめ	濃口 塩	小麦	豚肉 大豆 ごま		
				ゆずあえ	とうにゅう かつおぶし	でんぶん さとう たなねあぶら さんおんとう	はくさい にんじん ほうれんそう ゆず	淡口 酢	小麦	大豆	22.9	

※栄養価は八訂成分表で計算しています。

※食物アレルギーの表示について：都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務8品目（★印）、アレルギー表示推奨20品目（☆印）のみの表示です。各献立、使用食材等で御不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。（0986-23-2617）

使用予定物資の生産状況等により、献立内容が変更になる場合があります。



お知らせ

※8日(月)～12日(金)の青さ入りホキフライには、魚の骨が残っている場合があります。気を付けて食べてください。
※22日(月)～24日(水)の大学芋はのどに詰まらない様、ひとくちずつゆっくりよくかんで食べてください。

今月の調味料等



淡口(しょうゆ)	濃口(しょうゆ)
小麦 大豆 塩	大豆 小麦 塩

みそ	赤みそ
大豆 大麦 塩	大豆 大麦 塩

酒	みりん
米 米麹 砂糖 塩 水あめ	もち米 米麹 砂糖

中華だし(の素)
塩 でん粉 砂糖 にんにく粉 白米粉 しょうが粉 植物油 香辛料

チキンスープ
鶏肉

ウスター(ソース)
砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料 トマト カラメル色素

赤ワイン	白ワイン
赤ワイン 塩 砂糖 ベリー色素	白ワイン 塩 砂糖

豚清湯(ガラスープ)
豚肉 大豆

デミグラス(ソース)
小麦粉 ラード トマト たまねぎ 鶏肉 にんじん 砂糖 でん粉 塩 黒こしょう 植物油

クリームポタージュ(R)
小麦粉 植物油 脱脂粉乳 塩 砂糖 全粉乳 たまねぎ かぼちゃ 豚脂 乳 大豆 豚肉 でん粉 香辛料 カロテン色素

クリームポタージュ(A)
小麦粉 乳 塩 脱脂粉乳 たまねぎ 香辛料 鶏肉

丸鶏がらスープ
塩 たなね油 たまねぎ にんじん キャベツ こしょう チキンエキス

フレンチドレッシング
砂糖 酢 塩 レモン汁 たまねぎ粉 こしょう

青じそドレッシング
酢 しょうゆ 塩 かつおだし 青じそ 小麦 大豆

野菜ブイヨン
塩 砂糖 トマト粉 たまねぎ粉 にんにく粉 米油 香辛料

カレー(フレーク)N
でん粉 パーム油 たなね油 砂糖 塩 カレー粉 さつまいも粉 トマト粉 たまねぎ粉 カラメル色素 香辛料

Fカレー(フレーク)
小麦粉 ラード 塩 カレー粉 砂糖 たまねぎ にんにく トマト 大豆 香辛料 カラメル色素 パーム油

米粉のカレー(ルウ)
米粉 砂糖 ラード カレー粉 塩 たまねぎ粉 トマト にんにく粉 カラメル色素 パーム油

イタリアンドレッシング
なたね油 酢 砂糖 塩 酒 たまねぎ 米油 香辛料 でん粉

卵不使用マヨネーズ
植物油 水あめ 砂糖 塩 酢 でん粉 大豆 香辛料

(トマト)ケチャップ
トマト 砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料

日向夏ドレッシング
なたね油 大豆油 日向夏かん果汁 酢 しょうゆ からし

オイスター(ソース)
カキ 砂糖 酢 塩 でん粉 カラメル色素

豆板醤
唐がらし そら豆 塩 酒

香りごまドレッシング
なたね油 ごま油 砂糖 水あめ 酢 塩 ごま

麻婆豆腐の素
しょうゆ 砂糖 にんにく しょうが 塩 みそ ラーゼン チキンエキス でん粉 ポークエキス カラメル色素 酒 ゼラチン

塩麹
米 塩 麹

野菜ジュース
トマト にんじん めかばつ ケール ピーマン ビート ほうれん草 ブロッコリー あしたば チンゲンサイ 小松菜 かぼちゃ パセリ クレソン アスパラガス セロリ しょうが