

12月分予定献立表
1日(月)～12日(金)

※牛乳（赤の仲間）は毎日つきます。 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	主食およびおかず	あかなかま 赤の仲間	きなかま 黄の仲間	みどりなかま 緑の仲間	調味料その他	アレルギー表示		エネルギーたんぱく質		お知らせと調味料の原材料表
		ちにく 血や肉になる	ねつちからもと 熱や力の元になる	からだちようし 体の調子を整える		義務8品目	推奨20品目	小	中	
1月	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ			—	—	644	788	《お知らせ》 ●1日のみぞれ鍋に入っている白玉団子は、のどに詰まらせないようによく噛んで食べましょう。 ●8日の石狩汁のサケには、骨が残っていることがあります。注意して食べましょう。
	ぶたどんぐ 豚丼の具	ぶたにく	こめあぶら さんおんとう	たまねぎ にんじん しいたけいとこんにゃく	濃口しょうゆ 淡口しょうゆ 料理酒 みりん	小麦	大豆豚肉	24.2	28.9	
	なべ みぞれ鍋	とりにく	しらたまちろ	だいこん はくさい にんじん えのきだけ しめじ	かつおだし 料理酒 淡口しょうゆ みりん 濃口しょうゆ 塩	小麦	大豆鶏肉			
2月火	マヨネーズパン	だっしふんにゅう	こむぎこ ショートニング 卵不使用マヨネーズ さとう		塩 イースト	小麦乳	大豆	640	787	
	ペンネボロネーゼ	ぶたひきにく	ペンネマカロニ さんおんとう こめあぶら	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマトピューレ	にんにく ケチャップ 赤ワイン デミグラスソース コンソメ ウスターソース 塩	小麦	鶏肉豚肉	27.3	32.4	
	ほぐしかまぼこ卵のスープ	とりにく ほぐしかまぼこ たまご	【ほぐしかまぼこ】たら ほき 塩 砂糖 でん粉 かつおエキスをこま油《アレルギー：なし》	でんぶん たまねぎ にんじん ちんげんさい	ガラスープ 中華だし 料理酒 淡口しょうゆ	小麦卵	大豆鶏肉			
3月水	ごはん		こめ			—	—	587	737	【料理酒】 料理酒 アルコール 酸味料《アレルギー：なし》 【みりん】 本みりん 液状ブドウ糖 醸造アルコール 水《アレルギー：なし》
	うま煮	とりにく あつあげ さつまあげ	【さつまあげ】スケツウ タチウオ イトヨリ でんぶん 大豆たん白 玉ねぎ 砂糖 大豆油 《アレルギー：大豆》	じゃがいも さんおんとう	濃口しょうゆ 淡口しょうゆ みりん 料理酒	小麦	大豆鶏肉	24.0	28.5	
	キムチ汁	ぶたにく どうふ むぎみそ		【はくさいキムチ】白菜 砂糖 酢 塩 唐辛子 にんにく《アレルギー：なし》	にんじん しめじ だいこん にら はくさいキムチ	—	大豆豚肉			
4月木	こめこ 米粉パン	だっしふんにゅう	こめこミックス ショートニング さとう		塩 イースト	小麦乳	—	594	756	【赤ワイン・白ワイン】 米発酵調味料 ワイン ブドウ糖 アルコール 塩 果実色素 香料 酸味料 酸化防止剤《アレルギー：なし》 【米酢】 米 アルコール《アレルギー：なし》
	イカカツのチリソースかけ	イカカツ いか	こむぎこ でんぶん あぶらパンこ		塩麹 酵母エキス しょうが にんにく 料理酒 ケチャップ 濃口しょうゆ チリソース	小麦	大豆いか	23.2	29.9	
	はくさい 白菜ときのこのスープ	ベーコン	【ベーコン】豚ばら肉 砂糖 塩《アレルギー：豚肉》	えのきだけ エリンギ にんじん はくさい たまねぎ パセリ	ガラスープ 洋風スープの素 淡口しょうゆ 塩 白ワイン	小麦	大豆 豚肉 鶏肉 せうちん			
	フルーツカクテル		【いちごゼリー】砂糖 いちご果汁 ゲル化剤 酸味用 香料 紅麹 クチナシ《アレルギー：なし》	カクテルゼリー いちごゼリー 【カクテルゼリー】砂糖 りんご果汁 豆乳 寒天 クチナシ色素 紅麹色素 デキストリン《アレルギー：りんご もも 大豆》	もも バイナッブル ナタデココ	—	大豆 りんご もも			
5月金	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ			—	—	661	814	【チリソース】 トマト 砂糖 玉ねぎ 醸造酢 塩 香辛料《アレルギー：なし》 【バーモントカレー】 小麦 豚脂 砂糖 塩 カレー粉 でん粉 玉ねぎ トマト 脱脂粉乳 チーズ パナナペースト 醤油 はちみつ りんご ココア《アレルギー：小麦・乳・大豆・パナナ・鶏肉・豚肉・りんご》
	ポークカレー	ぶたにく しろういんげんまめピューレ	じゃがいも ちめあぶら	にんじん たまねぎ すりおろしりんご	ガラスープ バーモントカレー ところけるカレー	小麦乳	大豆 鶏肉 パナナ りんご 豚肉	21.0	25.1	
	だいこん 大根とツナのサラダ	まぐろみずに	【まぐろみずに】きはだまぐろ 野菜エキス 塩《アレルギー：なし》	だいこん きゅうり にんじん	和風ドレッシング	小麦	大豆 豚肉 りんご			
8月	ごはん		こめ			—	—	605	742	【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 でん粉 塩 カレー粉 さつまいも 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー：小麦》 【和風ドレッシング】 大豆油 なたね油 酢 砂糖 しょうゆ 玉ねぎ 塩 粒マスタード こしょう にんにく《アレルギー：小麦 大豆 豚肉 りんご》
	とり 鶏そぼろ丼の具	とりにく ス克蘭ブルエッグ	【スクランブルエッグ】卵 だし 汁 でんぶん 砂糖 塩 なたね油《アレルギー：小麦 卵 大豆》	さんおんとう こめあぶら	あおまめ しょうが 料理酒 みりん 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ	小麦卵	大豆鶏肉	27.1	32.0	
	いしかりじる 石狩汁	さけ むぎみそ あかみそ		だいこん にんじん はくさい ねぎ	かつおだし 料理酒 しょうが	—	大豆 さけ			
9月火	こくとう 黒糖パン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう くらざとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—	642	828	【和風ドレッシング】 大豆油 なたね油 酢 砂糖 しょうゆ 玉ねぎ 塩 粒マスタード こしょう にんにく《アレルギー：小麦 大豆 豚肉 りんご》 【トウバンジャン】 塩蔵唐辛子 そら豆加工品 乾燥唐辛子 食塩 清酒《アレルギー：なし》
	かぼちゃグラタン	とうにゅう だいずパウダー	ショートニング じゃがいも さとう でんぶん	かぼちゃ たまねぎ	塩 酵母エキス	—	大豆	21.9	27.0	
	アーモンドサラダ	ハム	【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩《アレルギー：豚肉》	アーモンド さんおんとう こめあぶら	淡口しょうゆ 米酢	小麦	大豆アーモンド 豚肉			
	まめい 豆入りミネストローネ	とりにく だいず	じゃがいも さんおんとう	たまねぎ ブロッコリー トマト	トマトソース ケチャップ 洋風スープの素 ガラスープ 塩	—	大豆 豚肉 せうちん 鶏肉			
10月水	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ			—	—	613	750	【オイスターソース】 水 オイスターエキス 砂糖 塩《アレルギー：なし》 【カレー粉】 ターメリック コリアンダー クミン フェネグリーク こしょう 赤とうがらし ちんび 香辛料《アレルギー：なし》
	ガバオライスの具	とりひきにく だいずミート	さんおんとう こめあぶら	たまねぎ あかピーマン きピーマン あおピーマン	にんにく しょうが 濃口しょうゆ みりん ウスターソース オイスターソース トウバンジャン	小麦	大豆鶏肉	23.9	28.2	
	ウィンナーと野菜のスープ	ウィンナー	【ウィンナー】豚肉 ラード でんぶん ミックス製剤《アレルギー：豚肉》	じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー	洋風スープの素 ガラスープ 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 せうちん			
11月木	コッパン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—	583	709	【オイスターソース】 水 オイスターエキス 砂糖 塩《アレルギー：なし》 【カレー粉】 ターメリック コリアンダー クミン フェネグリーク こしょう 赤とうがらし ちんび 香辛料《アレルギー：なし》
	はるさめ 春雨のカレー炒め	ぶたにく	はるさめ こめあぶら さんおんとう	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	にんにく しょうが 料理酒 コンソメ 淡口しょうゆ カレーこ	小麦	大豆 豚肉 鶏肉	20.0	25.1	
	かぶり入りポトフ	ベーコン	【ベーコン】豚ばら肉 砂糖 塩《アレルギー：豚肉》	たまねぎ にんじん キャベツ かぶ パセリ	ガラスープ 洋風スープの素 淡口しょうゆ 塩 白ワイン	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 せうちん			
	チョコレートネオソフト	だっしふんにゅう	チョコレートネオソフト みずあめ さとう ショートニング こむぎこ		ココア 塩 乳化剤	小麦乳	—			
12月金	ごはん	山田中学校3の1 リクエスト給食		こめ		—	—	780	972	【たまねぎドレッシング】 酢 しょうゆ 植物油脂 玉ねぎ 砂糖 しいたけ かつおだし にんにく《アレルギー：小麦 大豆 豚肉》
	チキン南蛮（2個）	とりにく	こむぎこ でんぶん こめあぶら さんおんとう		塩 料理酒 米酢 淡口しょうゆ 濃口しょうゆ	小麦	大豆鶏肉	27.5	33.9	
	コーンサラダ	まぐろみずに	【まぐろみずに】きはだまぐろ 野菜エキス 塩《アレルギー：なし》	きゅうり コーン にんじん ブロッコリー	たまねぎドレッシング	小麦	大豆豚肉			
	かきたま汁	どうふ たまご	でんぶん	にんじん たまねぎ えのきだけ ねぎ	ガラスープ 野菜フイヨン 淡口しょうゆ 料理酒 塩	小麦卵	大豆鶏肉			
	スイートポテト		スイートポテト さつまいも さとう こめあぶら		塩	—	—			
	いっしょくちきんしょう 一食卵不使用タルタルソース	だいずパウダー	一食卵不使用タルタルソース みずあめ さとう あぶら	ビクルス こんにゃくパウダー パセリ	香辛料 レモン果汁 塩	—	大豆			

12月分予定献立表

15日(月)～24日(水)

令和7年度 山田学校給食センター

※牛乳（赤の仲間）は毎日つきます。 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	しゅしよく 主食およびおかず	あか なかま 赤の仲間		き なかま 黄の仲間		みどり なかま 緑の仲間		ちようみりよう た 調味料その他		アレルギー表示		エネルギーたんぱく質		お知らせと 調味料の原材料表	
		ち にく 血や肉になる	ねつ ちから もと 熱や力の元になる	からだ ちようし ととの 体の調子を整える	調味料その他		義務8品目	推奨20品目	小	中					
15月	わかめごはん		こめ		わかめごはんの素	—	—	599	752	【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母 エキス《アレルギー：なし》					
	にく どうふ 肉豆腐	ぎゅうにく やきとうふ	さんおんとう	たまねぎ はくさい にんじん えのきたけ ねぎ いとこんにゃく	料理酒 濃口しょうゆ みりん	小麦	大豆 牛肉	23.3	28						
	さんしよく 三色ナムル	ハム 【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩《ア レルギー：豚肉》	さんおんとう こま こまあぶら	きゅうり もやし にんじん	米酢 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 豚肉 こま					【ハイシルウ】 小麦粉 ラード パーム油 塩 砂糖 トマトペースト たまねぎ 脱脂大豆 にんにく 香辛料 《アレルギー：小麦 大豆 豚 肉》			
16火	こくとう 黒糖パン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう くらざとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	637	785	【クリームポタージュの素】 小麦 ホエイパウダー 植物 油 コーンスターチ 脱脂粉 乳 ぶどう糖 塩 砂糖 野菜 パウダー 全粉乳 豚脂 ポークエキス《アレルギー：小 麦 乳 大豆 豚肉》					
	チキントマトシチュー	とりにく	じゃがいも さんおんとう	にんじん たまねぎ しめじ マッシュルーム グリンピース トマト	にんにく トマトソース ガラスープ 野菜フイヨン 赤ワイン ケチャップ ハイシルウ ウスターソース	小麦	大豆 豚肉 鶏肉	27.0	32.5						
	ツナとほうれん草のサラダ	まぐろみずに 【まぐろみずに】きはだまぐろ 野菜エ キス 塩《アレルギー：なし》		ほうれんそう きゅうり にんじん コーン	たまねぎドレッシング	小麦	大豆 豚肉								
	げんき 元気ヨーグルト	元気ヨーグルト だっしふんにゅう	さとう	かんてん	ゼラチン 香料	乳	ゼラチン								
17水	ごはん		こめ			—	—	596	750	【クリームシチューの素】 植物油脂 小麦粉 でんぶん ミルクパウダー 塩 白菜エキ ス 砂糖 キャベツエキス ポークエキス たまねぎ 調 味料 香料 かと陳色素《アレ ルギー：小麦 乳 大豆 豚 肉》					
	いわしのおかか煮	いわしのおかかに いわし かつおぶし	さとう でんぶん		塩 みりん しょうゆ	小麦	大豆	23.1	27.5						
	せんぎ だいこん いた に 干切り大根の炒め煮	ぶたにく	こめあぶら さんおんとう	せんぎりだいこん にんじん しいたけ さやいんげん	淡口しょうゆ みりん 料理酒	小麦	大豆 豚肉								
	とうにゅう 豆乳みそ汁	とうふ あぶらあげ とうにゅう むぎみそ		たまねぎ ほうれんそう にんじん しめじ	煮干だし	—	大豆								
18木	★ベジ活の日★ 小学校 145g 中学校 175g チーズパン	だっしふんにゅう こなチーズ	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	633	790	【イタリアンドレッシング】 なたね油 砂糖 醸造酢 塩 発酵調味料 玉ねぎ 香味 食用油 酵母エキス にんに く バジル 黒こしょう セロリ トマト 《アレルギー：なし》					
	ふゆやさい に 冬野菜のクリーム煮	とりにく ぎゅうにゅう しろいんげんまめビュレ	なまクリーム	たまねぎ にんじん はくさい カリフラワー ブロッコリー	白ワイン クリームシチューの素 クリームポタージュの素 ガラスープ	小麦 乳	大豆 豚肉 鶏肉	24.0	29.1						
	イタリアンドレッシングサラダ	ハム 【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩《ア レルギー：豚肉》	こめあぶら さんおんとう	にんじん きゅうり コーン	イタリアンドレッシング 塩 米酢	—	豚肉								
19金	★ひむか地産地消の日★ ぶたなんこつに		こめ			—	—	614	771	【香りがまドレッシング】 なたね油 ごま油 砂糖 た んぱく加水分解物 像城主 ごま ねりごま 塩 酵母エキ ス 増粘剤 香料《アレルギー：ごま》					
	なんこつ に 軟骨煮	ぶたにく ぶたなんこつに あつあげ あかみそ	【ぶたなんこつに】豚軟骨 みそ 砂 糖 塩 醤油 《アレルギー：小麦 大豆 豚肉》	さといも くらざとう	にんじん だいこん こんにゃく	料理酒 濃口しょうゆ しょうが	小麦	大豆 豚肉	23.4			28.2			
	もやしとツナの ごまドレッシング和え	まぐろみずに 【まぐろみずに】きはだまぐろ 野菜エ キス 塩《アレルギー：なし》		もやし にんじん きゅうり	香りがまドレッシング	—	ごま								
22月	★冬至献立★ ごはん		こめ			—	—	620	777	【かぼちゃのそぼろ煮】 かぼちゃ たまねぎ にんじん あおまめ いとこんにゃく					
	かぼちゃのそぼろ煮	ぶたひきにく あつあげ	こめあぶら さんおんとう	かぼちゃ たまねぎ にんじん あおまめ いとこんにゃく	しょうが 料理酒 みりん 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ	小麦	大豆 豚肉	23.0	27.4						
	こんさい 根菜つくね汁	こんさいつくね とうふ むぎみそ	【こんさいつくね】ごぼう 人参 玉ねぎ 里芋 れんこん 鶏 肉 ラード 大豆たん白 でん粉 しょうゆ 砂糖 塩 香辛 料 なたね油 パーム油《アレルギー：大豆 鶏肉 豚肉》	にんじん たまねぎ だいこんば	煮干だし しょうが	—	大豆 豚肉 鶏肉								
23火	げんりよう 減量ミルクパン	だっしふんにゅう ぎゅうにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	656	804	【クリーミーソースイン ハンバーグ					
	クリーミーソースイン ハンバーグ	とりにく ぶたにく だいす	ラード あぶら さとう		にんにく しょうが しょうゆ トマトペースト 酵母エキス ケチャップ デミグラスソース	小麦	大豆 鶏肉 豚肉	24.4	30.2						
	チキンサラダ	とりささみみずに 【とりささみみずに】鶏肉 塩 野菜 エキス でん粉《アレルギー：鶏肉》	さんおんとう こめあぶら	きゅうり キャベツ コーン	レモン果汁 米酢 淡口しょうゆ	小麦	大豆 鶏肉								
	ほし 星のスープ	ベーコン 【ベーコン】豚ばら肉 砂糖 塩 《アレルギー：豚肉》	ほしがたこめこマカロニ	ほしがたにんじん ブロッコリー たまねぎ	野菜フイヨン ガラスープ 淡口しょうゆ 白ワイン 塩 こしょう	小麦	大豆 鶏肉 豚肉								
	クリスマス毎ケーキ	とうにゅう だいすパウダー	クリスマス毎ケーキ さとう みずあめ こめこ あぶら	いちごペースト	香料 酸味料 紅麴色素	—	大豆								
24水	ごはん		こめ			—	—	584	736	【いかと厚揚げの中華煮】 いか ぶたにく あつあげ					
	いかと厚揚げの中華煮	いか ぶたにく あつあげ	さんおんとう でんぶん	にんじん たまねぎ きくらげ だけのこ チンゲンサイ	にんにく 中華だし 淡口しょうゆ オイスターソース	小麦	大豆 豚肉 いか	22.8	27.3						
	きゅうりとキャベツの 中華和え	ほぐしかまぼこ 【ほぐしかまぼこ】たら ほき 塩 砂糖 でん粉 かつおエキス えごま油《アレ ルギー：なし》	さんおんとう こま こまあぶら	きゅうり キャベツ にんじん	濃口しょうゆ 米酢	小麦	大豆 ごま								
ふゆやす 冬休み 12月25日(木)～1月6日(火) しぎようしき 始業式 1月7日(水) きゅうしよくいいし 給食開始 1月8日(木)												楽しい 冬休みを！		「はやね はやおき あさごはん」で げんきな ふゆやすみを すごしましょう ♪	

よく使用する調味料の原材料表示

むぎみそ 小麦 大豆 塩 水あめ 《アレルギー：大豆》	あかみそ 小麦 大豆 塩 水あめ 《アレルギー：大豆》	濃口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー：小麦 大豆》	淡口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー：小麦 大豆》	ケチャップ トマト 砂糖 酢 塩 玉ねぎ 香辛料 《アレルギー：なし》	デミグラスソース 小麦粉 ラード 玉ねぎ チキンエキス にんじん 砂糖 でん粉 塩 香辛料 《アレルギー：小麦 鶏肉》	トマトソース トマト 玉ねぎ 大豆油 砂糖 にんにく 植物油 塩 《アレルギー：大豆》
ウスターソース 砂糖 塩 玉ねぎ 酢 香辛料 トマト カラメル色素 《アレルギー：なし》	野菜フイヨン 塩 砂糖 たまねぎ にんにく 植物油 トマト 香辛料 《アレルギー：なし》	丸鶏がらスープ 塩 チキンエキス 鶏脂 玉ねぎ にんじん キャベツ 香辛料 《アレルギー：鶏肉》	がらスープ チキンエキス 《アレルギー：鶏肉》	コンソメ 塩 砂糖 鶏肉 魚醤 香辛料 トマト 玉ねぎ 人参 《アレルギー：鶏肉 豚肉》	洋風スープ 砂糖 塩 でんぶん 玉ねぎ にんにく トマトエキス にんじんエキス 豚肉 大豆《アレルギー：大豆 豚肉 ゼラチン》	中華だし デキストリン 塩 コーンスターチ 砂糖 酵母エキス にんにく はくさい しょうが 香辛料 《アレルギー：なし》