

令和7年12月



きゅうしょくこんだてひょう



川崎町学校給食センター

日付 曜日	献立名 (主食・主菜・副菜・汁物)	牛乳	使われている食品と体内での主な働き					
			赤の食品 (血や肉や骨になる)		緑の食品 (からだによい)		黄色の食品 (熱や力のもとになる)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
1 (月)	牛ごぼう丼 (ごはん・牛ごぼう丼の具) さつまいものみそ汁 コアヨーグルト	☆	ぎゅうにく あぶらあげ みそ	ヨーグルト ぎゅうにゅう	にんじん いんげん こまつな	ごぼう たまねぎ いとこんにやく しいたけ ねぎ えのき しょうが	こめ きょうかまい さとう さつまいも	あぶら
2 (火)	ツナサンド (減塩食パン・ツナチーズサラダ) チキンピーンズ	☆	ツナ とりにく だいす	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん トマト	コーン キャベツ たまねぎ きゅうり えだまめ セロリ ににく	げんえんしょくパン じやがいも さとう	エッグケアマヨ ネーズ オリーブオイル
3 (水)	ごはん のり佃煮 小松菜のじやこ和え うずらの卵入りおでん	☆	とりにく うずらたまご まめちくわ ミニごぼうてん あつあげ	のりつくだに しらすぼし こんぶ ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	もやし こんにゃく だいこん	こめ きょうかまい さとう	
4 (木)	減量ミルクロールパン クリームスパゲティ キャベツときゅうりのサラダ	☆	あさり バーコン ロースハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ほうれんそう	たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	ミルクパン スパゲッティ さとう	オリーブオイル あぶら
5 (金)	ごはん さばのソース煮 たくあん和え けんちん汁	☆	さば かつおぶし とりにく とうふ	しおこんぶ ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	しょうが キャベツ きゅうり たくあん ごぼう だいこん いとこんにやく	こめ きょうかまい さとう	あぶら すりごま
8 (月)	麦ごはん チンジャオロースー もやし坦々スープ	☆	ぎゅうにく ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん にら	たまねぎ たけのこ ねぎ しようが ににく もやし きくらげ	こめ きょうかまい むぎ でんぱん	あぶら ねりごま すりごま ごまあぶら
9 (火)	いかとあさりのパエリア 白身魚のバジル焼き コシード	☆	バーコン いか ホキ ワインナー ひよこまめ	ぎゅうにゅう	ピーマン あかピーマン にんじん	ににく たまねぎ キャベツ	こめ さとう きょうかまい パン じやがいも	オリーブオイル エッグケアマヨ ネーズ
10 (水)	ごはん さんまかぼすレモン煮 ひじきのそぼろ煮 大根のみそ汁	☆	さんま とりミニチ あぶらあげ とうふ みそ	めひじき わかめ ぎゅうにゅう	にんじん こまつな はだいこん	えだまめ だいこん たまねぎ えのき	こめ きょうかまい さとう でんぱん	あぶら
11 (木)	減量キャロットパン 五目うどん のりじゃがバター みかん	☆	とりにく かまぼこ あぶらあげ	あおのり ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ だいこん ねぎ しいたけ みかん	キャロットパン うどん じやがいも	バター
12 (金)	ごはん とり天(2個) 白菜のかほす和え だご汁	☆	とりむねにく とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	みずな にんじん ほうれんそう	しょうが ばくさい かほす だいこん ねぎ しいたけ	こめ こむぎ こ きょうかまい さとう やせうま さといも	あぶら
15 (月)	ごはん 県産野菜の卵焼き もやしと大葉のソテー キムチ鍋	☆	たまご とうふ ベーコン ぶたにく ミートボール	ぎゅうにゅう	にんじん おおば ねぎ	もやし はくさい だいこん ごぼう いとこんにやく	こめ きょうかまい さとう	あぶら キムチ すりごま
16 (火)	チキンライス フライドチキン マカロニスープ クリスマスデザート	☆	とりにく とりむねにく とうにゅう ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ コーン えだまめ ににく はくさい	こめ むぎ きょうかまい さとう こむぎ マカロニ クリスマスデザート	オリーブオイル あぶら
17 (水)	ごはん 豚肉の生姜焼きゆず風味 ブロッコリーのおかか和え かぼちゃのみそ汁	☆	ぶたにく かつおぶし とうふ みそ	ぎゅうにゅう	プロッコリー かぼちゃ ねぎ	たまねぎ ゆず しょうが えのき	こめ きょうかまい さとう でんぱん	あぶら
18 (木)	黒糖ねじりパン ポテトのチーズ焼き ほうれん草のソテー 豆乳ポタージュ	☆	ウインナー ベーコン とうにゅう	チーズ ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	コーン たまねぎ	こくとうパン じやがいも さつまいも	マーガリン
19 (金)	キンパ風ごはん(焼きのり) 春雨の中華和え トック	☆	ぎゅうにく ロースハム とりにく	やきのり ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう こまつな	たくあん しょうが ににく キャベツ きゅうり はくさい しいたけ ねぎ	こめ むぎ きょうかまい さとう はるさめ トック でんぱん	ごま ごまあぶら すりごま

材料等の都合により献立がかわることがあります。

12/16(火) クリスマスデザート

- ①チョコケーキ、②チーズケーキ、③チョコムース、
④いちごゼリーの4種類から、
自分が選んだデザートが1つ登場します。
一足早いクリスマス献立 お楽しみに♪



もうすぐ冬至です ~今年の冬至は12/22~

「冬至」は一年の中で昼間が昼間が一番短く、夜が一番長い日です。冬至には、かぼちゃや小豆、「ん」のつく食べ物を食べたり、ゆず湯に入ったりします。



地産地消

今月の川崎町の食材
小松菜・さつまいも
白菜・大根・水菜・人参
根深ねぎ・キャベツ
米・みそ

