

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和7年度12月分(12/1~12/23) 姫路市教育委員会

	12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)	
こんだて	ごはん 牛乳 にくだんごのスープ ぶたにくのジンギスカンいため かぼちゃとまめのサラダ	あんパン 「スライスパン 「あんパンのぐ 牛乳 とうにゅうシチュー ブロッコリーのペンネ	ごはん 牛乳 かぶととうふのくすじる ハンバーグのてりやき ひきなり	こんとあきのあげどん 「ごはん 「こんとあきのあげどんのぐ 牛乳 だいこんのみそしる れんこんのかきあげ	ごはん 牛乳 サイコロおでん にくみそビーンズ ひじきのいためサラダ	
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> とりつくね <input type="radio"/> とうふ <input type="triangle"/> チングンサイ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> しとうが <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> ピーマン <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> でんぶん <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> レモンかじゅう <input type="triangle"/> りんごピューレ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> かぼちゃ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> ミックスビーンズ <input type="triangle"/> えだまめ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> レモンかじゅう <input type="triangle"/> サラダドレッシング <input type="triangle"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> あずき <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> しお <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> ベーコン <input type="triangle"/> ミックスビーンズ <input type="triangle"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> マッシュルーム <input type="triangle"/> コーンペースト <input type="triangle"/> パセリ <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> こめこ <input type="triangle"/> とうにゅう <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="checkbox"/> ペンネ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> みずな <input type="triangle"/> まぐろのあぶらづけ <input type="triangle"/> ブロッコリー <input type="triangle"/> しお <input type="checkbox"/> オリーブオイル <input type="triangle"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> とりにく <input type="triangle"/> とうふ <input type="triangle"/> かぶ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> こんぶ(だし) <input type="triangle"/> けずりび(だし) <input type="checkbox"/> くすこ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="radio"/> とうふ <input type="triangle"/> ちくわ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> わかめ <input type="triangle"/> みそ <input type="triangle"/> ぶたにく <input type="triangle"/> あぶらあげ <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> みずな <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> コーンスターーチ <input type="checkbox"/> ペンネ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> みずな <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> せいしゅ	<input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> えだまめ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> ごま <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> せいしゅ <input type="triangle"/> みりん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> とうふ <input type="triangle"/> ちくわ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> わかめ <input type="triangle"/> みそ <input type="triangle"/> にぼし(だし) <input type="triangle"/> れんこん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> かえりちりめん <input type="triangle"/> てんぶらこ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> あぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> ぎゅうにく <input type="triangle"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> セロリ <input type="triangle"/> ショウガ <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> グリンピース <input type="triangle"/> カレールウ <input type="triangle"/> トマトピューレ <input type="triangle"/> トマトケチャップ <input type="triangle"/> とんかつソース <input type="triangle"/> ウスターソース <input type="triangle"/> カレーご <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> あじ <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> クッキングスパイス <input type="triangle"/> しろワインふうちゅうみりょう <input type="triangle"/> オリーブオイル <input type="triangle"/> しお	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> ぶたにく <input type="triangle"/> ワンタンのかわ <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> みそ <input type="triangle"/> ちゅうかスープのもと <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="triangle"/> とうふ <input type="triangle"/> たまご <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> グリンピース <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> せいしゅ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> あつやきたまご <input type="triangle"/> はくさい <input type="triangle"/> ほうれんそう <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> ごま
こんだて	ごはん 牛乳 はるさめスープ にくどうふ きりぼしだいこんのいためナムル	アップルパン 牛乳 コンソメスープ あじのスパイスク ポテトほうれんソテー	ふゆやさいのカレーライス 「ごはん 「ふゆやさいのカレー 牛乳 おかかまめ ボイルサラダ かんきつドレッシング	ごはん 牛乳 みそワンタン いりどうふ きんぴらごぼう	ごはん 牛乳 けんちんうどん あつやきたまご ほうれんそうのごまあえ	
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> はるさめ <input type="triangle"/> チングンサイ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> えのきかけ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> ちゅうかスープのもと <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> ごまあぶら <input type="triangle"/> でんぶん	<input type="checkbox"/> パン <input type="triangle"/> ドライアップル <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> エリンギ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> セロリ <input type="triangle"/> パセリ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> コンソメ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> ワンタンのかわ <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> みそ <input type="triangle"/> ちゅうかスープのもと <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="triangle"/> あじ <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> クッキングスパイス <input type="triangle"/> しろワインふうちゅうみりょう <input type="triangle"/> オリーブオイル <input type="triangle"/> しお	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> ワンタンのかわ <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> みそ <input type="triangle"/> ちゅうかスープのもと <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="triangle"/> あじ <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> クッキングスパイス <input type="triangle"/> しろワインふうちゅうみりょう <input type="triangle"/> オリーブオイル <input type="triangle"/> しお	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> うどん <input type="triangle"/> とりにく <input type="triangle"/> あぶらあげ <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> さといも <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> こにゃく <input type="triangle"/> しいたけ <input type="triangle"/> ねぶかねぎ <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> けずりび(だし)	

○赤の食品…体をつくるもの（たんぱくしつ・むきしつ） □黄の食品…ねつや力のもとになるもの（たんすいかぶつ・しほう） △緑の食品…体の調子をととのえるもの（ビタミン）

特定原材料表示 卵:

乳製品:

小麦:

えび:

かに:

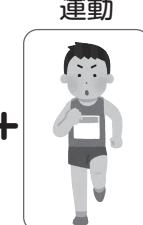
そば:

落花生:

くるみ:

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和7年度12月分(12/1~12/23) 姫路市教育委員会

	12月15日(月)	12月16日(火)	12月17日(水)	12月18日(木)	12月19日(金)
こんだて	ジャンバラヤ ごはん 【ジャンバラヤのぐ 牛乳 ひよこまめのスープ プロッコリーのソテー	ミニパン 牛乳 シーフードスープスパゲティ 「シーフードスープ 【スパゲティ ひねどりのゆずサラダ	ごはん 牛乳 かんこくふうすきやき かぼちゃコロッケ てづくりふりかけ(ひじきちりめん)	ごはん 牛乳 ちゅうかふうコーンスープ けいちゃんやき もやしのごますあえ	-しそくいくのひー ごはん 牛乳 かすじる さばのこうそうやき はくさいのおかかあえ
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> チキンウインナー <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> マッシュルーム <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> トマト <input type="triangle"/> ショウガ <input type="triangle"/> にんにく <input type="checkbox"/> さとう <input type="radio"/> しお <input type="triangle"/> トマトケチャップ <input type="triangle"/> カレーこ <input type="triangle"/> チリパウダー ^{チリパウダー} <input type="triangle"/> オリーブオイル	<input type="checkbox"/> ミニパン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> えび <input type="triangle"/> いか <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> プロッコリー ^{プロッコリー} <input type="triangle"/> シメジ <input type="triangle"/> エリンギ <input type="triangle"/> パセリ <input type="checkbox"/> バター <input type="triangle"/> こめこ <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> ひよこまめ <input type="triangle"/> ぶたにく <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> エリンギ <input type="triangle"/> セロリ <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> パセリ <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> コンソメ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> ローリエ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> ぶたにく <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> こまあぶら <input type="triangle"/> やきどうふ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> はくさい <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はるさめ <input type="triangle"/> ねぶかねぎ <input type="triangle"/> にら <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> コチジャン <input type="triangle"/> オイスターソース <input type="triangle"/> テンメンジャン <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> せいいしゅ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> スパゲティ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> たまご <input type="triangle"/> とうふ <input type="triangle"/> こんにく <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> でんぶん <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> ちゅうかスープのものと <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> とりにく <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> せいいしゅ <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> みぞ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> トウバノジヤン <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> でんぶん <input type="triangle"/> ひねどり <input type="triangle"/> せいいしゅ <input type="triangle"/> はくさい <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> こめず <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> ゆずかじゅう <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> かぼちゃコロッケ <input type="triangle"/> あぶら <input type="triangle"/> ちりめんじゃこ <input type="triangle"/> ひじき <input type="triangle"/> ごま <input type="triangle"/> かつおぶし <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> にら <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> こめず <input type="triangle"/> ごま	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> ぶたにく <input type="triangle"/> とうふ <input type="triangle"/> こんにく <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> さけかす <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> にほしだし <input type="triangle"/> さば <input type="triangle"/> しろワインふうちょうみりょう <input type="triangle"/> バジルペースト <input type="triangle"/> オリーブオイル <input type="triangle"/> こしよう <input type="triangle"/> くろこしよう <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> はくさい <input type="triangle"/> ほうれんそう <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> かつおぶし <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> みりん
	<input type="triangle"/> プロッコリー <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> チキンハム <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしよう <input type="triangle"/> クッキシングスパイズ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> サラダあぶら				

	12月22日(月)	12月23日(火)	12月平均栄養量 (小学校4年生)	まかぜに負けない からだ体をつくろう!
こんだて	一とうじこんだてー ごはん 牛乳 ほうとう さわらのゆずかおりやき あおないため	ークリスマスこんだてー パン 牛乳 ポトフ フライドチキン ココアケーキ	エネルギー 630kcal たんぱく質 25.5g 脂質 28.1% カルシウム 331mg 鉄 2.5mg ビタミン A 246μgRAE B1 0.39mg B2 0.52mg C 25mg 食塩相当量 2.4g 食物繊維 5.5g マグネシウム 90mg 亜鉛 3.0mg	<p>まかぜに負けない からだ かぜに負けない体</p> <p>をつくるためには、 まいにち せいかつ 毎日の生活に気をつ からだ めんえきりょく てい けて、体の免疫力や抵 こうりょく たか たいせつ 抗力を高めることが大切です。</p> <p>えいよう 栄養バランスのよい食事をしっかり食 べき ど うんどう じゅうぶん すいみん さむ べ、適度な運動と、十分な睡眠で、寒 ふゆ げんき すいみん さむ い冬も元気に過ごしましょう。</p> 
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> ほうとう <input type="triangle"/> ぶたにく <input type="triangle"/> かぼちゃ <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> はくさい <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="triangle"/> しめじ <input type="triangle"/> ねぶかねぎ <input type="triangle"/> みぞ <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> にほしだし	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> ちキンフランク <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> じやがいも <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> パセリ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> ローリエ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> コンソメ		  
	<input type="triangle"/> さわら <input type="triangle"/> せいしゅ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> ゆずかじゅう <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> コーンスター	<input type="triangle"/> とりにく <input type="triangle"/> こめこ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> くろこしよう <input type="triangle"/> あぶら		
	<input type="triangle"/> こまつな <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> やきぶた <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしよう <input type="triangle"/> さとう	<input type="triangle"/> こめこ <input type="triangle"/> ピュアココア <input type="triangle"/> ベーキングパウダー <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> さとう <input type="triangle"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> とうにゅう		

○赤の食品…体をつくるもの（たんぱくしつ・むきしつ） □黄の食品…ねつや力のもとになるもの（たんすいかぶつ・しほう） △緑の食品…体の調子をととのえるもの（ビタミン）

特定原材料表示 卵: 

乳製品: 

小麦: 

えび: 

かに: 

そば: 

落花生: 

くるみ: 