

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 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)		
献立	ご飯 牛乳 豆乳汁 淡路たまねぎコロッケ こまつなと油揚げの煮物			ご飯 牛乳 カムジャタン 鶏肉のゆず香り焼き ナムル			黒砂糖パン 牛乳 クリームスパゲティ わかさぎのねぎソースかけ  ブロッコリーのソテー			ご飯 牛乳 八宝菜 揚げギョウザ ごぼうサラダ			パン 牛乳 スーミータン ボークチャップ キャベツとツナのソテー		
献立材料	☐ ご飯			☐ ご飯			☐ パン			☐ ご飯			☐ パン		
	☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 黒砂糖			☐ 牛乳			☐ 牛乳		
	☐ 豚肉			☐ 豚肉			☐ 牛乳			☐ 豚肉			☐ 鶏卵		
	☐ さといも			☐ じゃがいも			☐ スパゲティ			☐ いか			☐ ささみ油漬		
	<input type="triangle"/> だいこん			<input type="triangle"/> たまねぎ			☐ 塩			☐ えび			☐ コーンクリーム		
	<input type="triangle"/> ごぼう			<input type="triangle"/> にんじん			☐ サラダ油			<input type="triangle"/> はくさい			<input type="triangle"/> とうもろこし		
	<input type="triangle"/> にんじん			<input type="triangle"/> たけのこ			☐ 鶏肉			<input type="triangle"/> たまねぎ			<input type="triangle"/> たまねぎ		
	<input type="triangle"/> 葉ねぎ			<input type="triangle"/> にら			<input type="triangle"/> たまねぎ			<input type="triangle"/> にんじん			<input type="triangle"/> チンゲンサイ		
	☐ ごま油			☐ サラダ油			<input type="triangle"/> にんじん			<input type="triangle"/> 葉ねぎ			<input type="triangle"/> チキンスープ		
	☐ 豆乳			☐ チキンスープ			<input type="triangle"/> パセリ			<input type="triangle"/> たけのこ			<input type="triangle"/> うすくちしょうゆ		
献立材料	☐ 白みそ			<input type="triangle"/> にんにく			☐ バター			<input type="triangle"/> しいたけ			<input type="triangle"/> 清酒		
	☐ みそ			<input type="triangle"/> しょうが			☐ 小麦粉			<input type="triangle"/> しょうが			<input type="triangle"/> しょうゆ		
	☐ うすくちしょうゆ			☐ 砂糖			☐ 脱脂粉乳			☐ サラダ油			☐ しょうゆ		
	☐ 削り節(だし)			☐ うすくちしょうゆ			☐ チキンスープ			☐ うすくちしょうゆ			☐ でんぷん		
	☐ 淡路たまねぎコロッケ			☐ コチジャン			☐ わかさぎ			☐ 砂糖			☐ 豚肉		
	☐ 油			☐ 塩			☐ 塩			☐ でんぷん			<input type="triangle"/> たまねぎ		
	<input type="triangle"/> こまつな			☐ 鶏肉			☐ しょうゆ			☐ 塩			<input type="triangle"/> にんじん		
	<input type="triangle"/> はくさい			☐ 清酒			☐ 油			☐ しょうゆ			<input type="triangle"/> しょうゆ		
	☐ 油揚げ			☐ うすくちしょうゆ			<input type="triangle"/> 根深ねぎ			☐ 根深ねぎ			<input type="triangle"/> にんにく		
	☐ うすくちしょうゆ			☐ 砂糖			☐ サラダ油			☐ 米酢			<input type="triangle"/> トマトケチャップ		
献立材料	☐ みりん			<input type="triangle"/> ゆず果汁			☐ みりん			☐ ギョウザ			☐ ウスターソース		
	☐ 削り節(だし)			<input type="triangle"/> 塩			<input type="triangle"/> しょうが			☐ 油			☐ でんぷん		
				<input type="triangle"/> もやし			<input type="triangle"/> しょうが			☐ チキンハム			☐ サラダ油		
				<input type="triangle"/> ほうれんそう			☐ 砂糖			<input type="triangle"/> ごぼう			<input type="triangle"/> キャベツ		
				<input type="triangle"/> 塩			<input type="triangle"/> プロッコリー			<input type="triangle"/> 米酢			☐ 塩		
				<input type="triangle"/> にんじん			<input type="triangle"/> キャベツ			<input type="triangle"/> にんじん			☐ まぐろ油漬		
				☐ うすくちしょうゆ			<input type="triangle"/> 塩			☐ ごま			☐ サラダ油		
				☐ 砂糖			☐ ベーコン			☐ 砂糖			☐ 米酢		
				☐ ごま油			☐ うすくちしょうゆ			☐ サラダドレッシング			☐ うすくちしょうゆ		
							☐ しょうゆ			☐ 白みそ			☐ 砂糖		
献立材料							☐ サラダ油			☐ うすくちしょうゆ			☐ しょうゆ		
	12月8日(月)			12月9日(火)			12月10日(水)			12月11日(木)			12月12日(金)		
献立	ご飯 牛乳 みそ汁 コリアンチキン ほうれんそうと大豆のサラダ			ご飯 ヒートレスカレー 牛乳 ミンチカツ はくさいのスープ煮 みかん			パン 牛乳 トマトじゃが たらのエスカベージュ こまつなとれんこんのソテー			ご飯 牛乳 けんちんうどん 焼きそばのみそだれ もやしのサラダ			パン 牛乳 はくさいのクリーム煮 鶏肉のバジル揚げ じゃがいものマスタードソテー		
献立材料	☐ ご飯			☐ ご飯			☐ パン			☐ ご飯			☐ パン		
	☐ 牛乳			<input type="triangle"/> ヒートレスカレー			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳		
	☐ 豆腐			☐ 牛乳			☐ 豚肉			☐ うどん			☐ はくさい		
	☐ 油揚げ			☐ ミンチカツ			<input type="triangle"/> にんにく			☐ 鶏肉			<input type="triangle"/> ベーコン		
	☐ わかめ			☐ 油			<input type="triangle"/> にんじん			☐ 油揚げ			<input type="triangle"/> にんじん		
	☐ じゃがいも			☐ 油			<input type="triangle"/> たまねぎ			<input type="triangle"/> だいこん			<input type="triangle"/> たまねぎ		
	<input type="triangle"/> たまねぎ			<input type="triangle"/> はくさい			☐ じゃがいも			<input type="triangle"/> さといも			<input type="triangle"/> かぶ		
	<input type="triangle"/> にんじん			<input type="triangle"/> にんじん			<input type="triangle"/> トマト			<input type="triangle"/> ごぼう			☐ サラダ油		
	<input type="triangle"/> 葉ねぎ			<input type="triangle"/> とうもろこし			☐ サラダ油			<input type="triangle"/> にんじん			☐ 米粉		
	☐ みそ			☐ ベーコン			☐ 塩			<input type="triangle"/> こんにゃく			☐ バター		
献立材料	☐ 煮干し(だし)			☐ チキンスープ			☐ 砂糖			<input type="triangle"/> しいたけ			☐ 小麦粉		
	☐ 鶏肉			☐ 塩			☐ うすくちしょうゆ			<input type="triangle"/> 根深ねぎ			☐ 脱脂粉乳		
	☐ 砂糖			☐ チキンスープ			☐ 清酒			☐ サラダ油			☐ ワイン風調味料		
	☐ 豆みそ			☐ しょうゆ			☐ チキンスープ			☐ うすくちしょうゆ			☐ チキンスープ		
	☐ うすくちしょうゆ			☐ 塩			<input type="triangle"/> バジルピューレ			☐ しょうゆ			☐ 塩		
	☐ 米酢			<input type="triangle"/> こしょう			☐ オリーブ油			☐ 削り節(だし)			<input type="triangle"/> パセリ		
	☐ コチジャン						☐ すけとうだら			☐ さば			☐ 鶏肉		
	☐ 塩						☐ しょうゆ			☐ 清酒			☐ ワイン風調味料		
	☐ でんぷん						☐ 油			☐ 塩			<input type="triangle"/> バジルピューレ		
							<input type="triangle"/> ビーマン			☐ しょうが			☐ オリーブ油		
献立材料	<input type="triangle"/> ほうれんそう			<input type="triangle"/> みかん			<input type="triangle"/> たまねぎ			☐ 砂糖			☐ 塩		
	<input type="triangle"/> キャベツ						<input type="triangle"/> オリーブ油			☐ みそ			☐ こしょう		
	☐ チキンハム						☐ 米酢			☐ こいくちしょうゆ			☐ 黒こしょう		
	☐ 大豆						☐ 砂糖			☐ みりん			☐ でんぷん		
	☐ ごま						☐ 砂糖			☐ でんぷん			☐ 油		
	☐ サラダドレッシング						<input type="triangle"/> こまつな			☐ 塩			☐ じゃがいも		
	☐ うすくちしょうゆ						<input type="triangle"/> れんこん			<input type="triangle"/> きゅうり			<input type="triangle"/> たまねぎ		
	☐ こしょう						<input type="triangle"/> にんじん			<input type="triangle"/> にんじん			<input type="triangle"/> パプリカ		
							☐ ごま			☐ チキンハム			<input type="triangle"/> 粒入りマスタード		
							☐ 砂糖			☐ うすくちしょうゆ			☐ 米酢		
献立材料							☐ うすくちしょうゆ			☐ 砂糖			☐ こしょう		
							☐ みりん			☐ サラダ油			☐ サラダ油		
							☐ ごま油								

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 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)			
献立	ご飯 牛乳 キャベツのみそ汁 豚肉のしょうが焼き ごぼうのごまソテー		ご飯 牛乳 野菜のうま煮 タッティギム 切り干しだいこんのサラダ			パン 牛乳 コーンスープ チリコンカン キャベツとツナのサラダ			ご飯 牛乳 ソコギク いわしのヤンニョムかけ じゃがいものそぼろ煮			一食育の日 ご飯 牛乳 もち麦にゆうめん ハンバーグのれんこんソース こまつなと大豆のソテー			
	☐ ご飯		☐ ご飯			☐ パン			☐ ご飯			☐ ご飯			
	☐ 牛乳		☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳			
	☐ つくね <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ ☐ みそ 煮干し(だし)		☐ 豚肉 ☐ がんもどき ☐ にんじん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> じゃがいも ☐ れんこん <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> しょうが こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん ☐ 砂糖			☐ コーンスープ <input type="triangle-up"/> とうもろこし ☐ ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ ☐ じゃがいも <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> パセリ ☐ バター <input type="triangle-up"/> 脱脂粉乳 <input type="triangle-up"/> 米粉 ☐ チキンスープ ☐ 塩 こしょう			☐ 牛肉 <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> サラダ油 <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ししいたけ <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ ☐ 鶏卵 チキンスープ うすくちしょうゆ コチジャン ☐ 砂糖 ☐ 塩 ☐ ごま油 ☐ でんぷん			☐ もち麦そうめん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> かまぼこ ☐ 油揚げ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ うすくちしょうゆ 昆布(だし) 削り節(だし)			
	☐ 豚肉 塩 <input type="triangle-up"/> しょうが 清酒 <input type="triangle-up"/> たまねぎ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ サラダ油 ☐ でんぷん		☐ 鶏肉 <input type="triangle-up"/> にんにく こいくちしょうゆ 清酒 カイエンペッパー 塩 ☐ でんぷん ☐ 油			☐ 大豆 ☐ 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ビーマン ☐ サラダ油 <input type="triangle-up"/> トマト トマトケチャップ ウスターソース 塩 こしょう チリパウダー でんぷん			☐ いわし 油 ☐ ごま ☐ 根深ねぎ <input type="triangle-up"/> ゆず果汁 <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> 粉かつお こいくちしょうゆ みりん			☐ 鶏豚ハンバーグ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> れんこん ☐ サラダ油 トマトケチャップ とんかつソース ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん			
献立	ごぼう 米酢 にんじん ちりめんじゃこ ごま うすくちしょうゆ サラダドレッシング サラダ油		<input type="triangle-up"/> 切り干しだいこん <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> きゅうり 塩 ☐ チキンハム ☐ ごま うすくちしょうゆ 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油			☐ まぐろ油漬け <input type="triangle-up"/> キャベツ 塩 <input type="triangle-up"/> にんじん 米酢 ☐ 砂糖 ☐ サラダ油 こしょう			☐ 鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも <input type="triangle-up"/> グリンピース うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん でんぷん サラダ油			<input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ 塩 ☐ チキンハム ☐ 大豆 ☐ サラダドレッシング うすくちしょうゆ こしょう ☐ サラダ油			
献立	12月22日(月) 一冬至献立 ご飯 牛乳 かす汁 かぼちゃコロッケ ひね鶏のゆずサラダ		12月23日(火) 一クリスマス献立 パン 牛乳 コンソメスープ フライドチキン 甘酢ポテトサラダ クリスマスカップケーキ(チョコ)		12月平均 栄養量 (中学校)			12月9日(火)		緊急時を 想定した献立		学校全体で給食の提供を 中止せざるを得ない場合に、 緊急時対応として北部学校 給食センターに保管している 代替食「ヒートレスカレー」の 入れ替えのため、給食で有効 利用します。 緊急時に食べる時のように 温めないでそのまま食べます。 ※「ヒートレスカレー」とは、温めず おいしく食べられるように作られた ものです。			
	☐ ご飯		☐ パン												
	☐ 牛乳		☐ 牛乳												
	☐ 豚肉 ☐ 豆腐 <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> ごぼう <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ ☐ 酒かす ☐ みそ うすくちしょうゆ みりん 煮干し(だし)		☐ ポークフランク <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> セロリ チキンスープ 塩 こしょう ☐ サラダ油												
	☐ かぼちゃコロッケ ☐ 油		☐ 鶏肉 ワイン風調味料 ☐ 砂糖 サラダスパイス 塩 こしょう ☐ 米粉 パプリカパウダー 油												
献立	ひね鶏 清酒 塩 <input type="triangle-up"/> はくさい <input type="triangle-up"/> にんじん ☐ サラダ油 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう		☐ じゃがいも 塩 <input type="triangle-up"/> えだまめ ☐ チキンハム <input type="triangle-up"/> とうもろこし ☐ 砂糖 ☐ サラダ油 ☐ クリスマスカップケーキ(チョコ)		エネルギー 759kcal たんぱく質 29.8g 脂質 30.8% カルシウム 335mg 鉄 3.0mg ビタミン A 238μgRAE B1 0.50mg B2 0.57mg C 33mg 食塩相当量 3.4g 食物繊維 6.8g マグネシウム 97mg 亜鉛 3.5mg										