












学校給食献立表(北部学校給食センターB) 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 ほうれんそうのごま和え			ご飯 牛乳 カムジャタン 鶏肉のゆず風味 炒めナムル			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 ごぼうのごまソテー			パン 牛乳 <b>スーミータン</b> ボークチャップ キャベツとツナのサラダ						
	<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> パン			<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> パン						
献立材料	<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳						
	<input type="radio"/> 豚肉			<input type="radio"/> 豚肉			<input type="checkbox"/> スパゲティ			<input type="radio"/> 豚肉			<input type="radio"/> 鶏卵						
	<input type="checkbox"/> さといも			<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="checkbox"/> 塩			<input type="radio"/> いか			<input type="radio"/> ささみ油漬け						
	<input type="triangle-up"/> だいこん			<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="radio"/> えび			<input type="triangle-up"/> コーンクリーム						
	<input type="triangle-up"/> ごぼう			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="checkbox"/> 鶏肉			<input type="triangle-up"/> はくさい			<input type="triangle-up"/> とうもろこし						
	<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> たけのこ			<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="triangle-up"/> たまねぎ						
	<input type="triangle-up"/> 葉ねぎ			<input type="triangle-up"/> にら			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> チンゲンサイ						
	<input type="checkbox"/> ごま油			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="triangle-up"/> パセリ			<input type="triangle-up"/> たけのこ			<input type="triangle-up"/> チキンスープ						
	<input type="radio"/> 豆乳			<input type="checkbox"/> チキンスープ			<input type="checkbox"/> バター			<input type="triangle-up"/> しいたけ			<input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ						
	<input type="radio"/> 白みそ			<input type="triangle-up"/> にんにく			<input type="checkbox"/> 小麦粉			<input type="triangle-up"/> しょうが			<input type="triangle-up"/> 清酒						
<input type="radio"/> みそ			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="radio"/> 脱脂粉乳			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="triangle-up"/> 塩							
献立材料	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> チキンスープ			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> でんぷん						
	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)			<input type="checkbox"/> コチジャン			<input type="radio"/> こしょう			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="checkbox"/> でんぷん						
	<input type="checkbox"/> 淡路たまねぎコロッケ			<input type="radio"/> 鶏肉			<input type="radio"/> わかさぎ			<input type="checkbox"/> でんぷん			<input type="radio"/> 豚肉						
	<input type="checkbox"/> 油			<input type="triangle-up"/> 塩			<input type="radio"/> こしょう			<input type="checkbox"/> 塩			<input type="triangle-up"/> たまねぎ						
	<input type="triangle-up"/> はくさい			<input type="checkbox"/> こしょう			<input type="checkbox"/> でんぷん			<input type="checkbox"/> こしょう			<input type="triangle-up"/> にんじん						
	<input type="triangle-up"/> ほうれんそう			<input type="checkbox"/> 油			<input type="checkbox"/> 油			<input type="checkbox"/> ごま油			<input type="triangle-up"/> 塩						
	<input type="triangle-up"/> 塩			<input type="checkbox"/> みりん			<input type="triangle-up"/> 根菜ねぎ			<input type="checkbox"/> 米酢			<input type="triangle-up"/> こしょう						
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="triangle-up"/> ギョウザ			<input type="triangle-up"/> にんにく						
	<input type="checkbox"/> ごま			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> みりん			<input type="checkbox"/> 油			<input type="checkbox"/> トマトケチャップ						
				<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="triangle-up"/> しょうが			<input type="triangle-up"/> ごぼう			<input type="checkbox"/> ウスターソース						
献立材料			<input type="triangle-up"/> ゆず果汁			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="triangle-up"/> 米酢			<input type="checkbox"/> でんぷん							
			<input type="triangle-up"/> こまつな			<input type="triangle-up"/> ブロッコリー			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="radio"/> まぐろ油漬け							
			<input type="triangle-up"/> もやし			<input type="triangle-up"/> キャベツ			<input type="radio"/> チキンハム			<input type="triangle-up"/> キャベツ							
			<input type="triangle-up"/> 塩			<input type="triangle-up"/> 塩			<input type="checkbox"/> ごま			<input type="triangle-up"/> 塩							
			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="radio"/> ベーコン			<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> 米酢							
			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> サラダドレッシング			<input type="checkbox"/> 砂糖							
			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> こしょう			<input type="checkbox"/> 塩			<input type="checkbox"/> サラダ油							
			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="checkbox"/> こしょう							
			<input type="checkbox"/> ごま油			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="checkbox"/> サラダ油										
	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 タッティギム こまつなと大豆のソテー			ご飯 牛乳 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 トマじゃが たらたのエスカベージュ こまつなとれんこんのサラダ			ご飯 牛乳 けんちんうどん 揚げさばのみそだれ もやしのごま酢炒め			パン 牛乳 はくさいのクリーム煮 鶏肉のバジル焼き 甘酢ポテトサラダ						
	<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> パン			<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> パン						
献立材料	<input type="radio"/> 牛乳			<input type="triangle-up"/> ヒートレスカレー			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳						
	<input type="radio"/> 豆腐			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 豚肉			<input type="checkbox"/> うどん			<input type="triangle-up"/> はくさい						
	<input type="radio"/> 油揚げ			<input type="radio"/> ミンチカツ			<input type="triangle-up"/> にんにく			<input type="radio"/> 鶏肉			<input type="radio"/> ベーコン						
	<input type="radio"/> わかめ			<input type="checkbox"/> 油			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="radio"/> 油揚げ			<input type="triangle-up"/> にんじん						
	<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="triangle-up"/> はくさい			<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="radio"/> だいこん			<input type="triangle-up"/> たまねぎ						
	<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="radio"/> さといも			<input type="triangle-up"/> かぶ						
	<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> とうもろこし			<input type="checkbox"/> トマト			<input type="triangle-up"/> ごぼう			<input type="triangle-up"/> サラダ油						
	<input type="triangle-up"/> 葉ねぎ			<input type="triangle-up"/> とうもろこし			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="checkbox"/> 米粉						
	<input type="radio"/> みそ			<input type="radio"/> ベーコン			<input type="checkbox"/> 塩			<input type="triangle-up"/> こんにゃく			<input type="checkbox"/> バター						
	<input type="radio"/> 煮干し(だし)			<input type="radio"/> チキンスープ			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="triangle-up"/> しいたけ			<input type="radio"/> 脱脂粉乳						
献立材料	<input type="radio"/> 鶏肉			<input type="triangle-up"/> 塩			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="triangle-up"/> 根菜ねぎ			<input type="radio"/> ワイン風調味料						
	<input type="triangle-up"/> にんにく			<input type="triangle-up"/> こしょう			<input type="radio"/> 清酒			<input type="triangle-up"/> サラダ油			<input type="radio"/> チキンスープ						
	<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="triangle-up"/> みかん			<input type="radio"/> チキンスープ			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="triangle-up"/> 塩						
	<input type="radio"/> 清酒						<input type="triangle-up"/> バジルピューレ			<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="triangle-up"/> こしょう						
	<input type="radio"/> カイエンペッパー						<input type="checkbox"/> オリーブ油			<input type="radio"/> みりん			<input type="triangle-up"/> パセリ						
	<input type="triangle-up"/> 塩						<input type="checkbox"/> オリーブ油			<input type="radio"/> 削り節(だし)			<input type="triangle-up"/> 鶏肉						
	<input type="checkbox"/> でんぷん						<input type="radio"/> すけとうだら			<input type="radio"/> さば			<input type="radio"/> ワイン風調味料						
	<input type="checkbox"/> 油						<input type="triangle-up"/> 塩			<input type="checkbox"/> 清酒			<input type="triangle-up"/> バジルピューレ						
	<input type="triangle-up"/> こまつな						<input type="checkbox"/> こしょう			<input type="checkbox"/> でんぷん			<input type="triangle-up"/> オリーブ油						
	<input type="triangle-up"/> キャベツ						<input type="checkbox"/> 油			<input type="checkbox"/> 油			<input type="checkbox"/> 塩						
献立材料	<input type="triangle-up"/> 塩						<input type="triangle-up"/> ビーマン			<input type="checkbox"/> しょうが			<input type="checkbox"/> こしょう						
	<input type="radio"/> チキンハム						<input type="triangle-up"/> パプリカ			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="checkbox"/> 黒こしょう						
	<input type="radio"/> 大豆						<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="radio"/> もやし			<input type="checkbox"/> じゃがいも						
	<input type="checkbox"/> ごま						<input type="checkbox"/> オリーブ油			<input type="triangle-up"/> にら			<input type="triangle-up"/> えだまめ						
	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング						<input type="checkbox"/> 米酢			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> にんじん						
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ						<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> とうもろこし						
	<input type="triangle-up"/> こしょう						<input type="checkbox"/> サラダドレッシング			<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> 米酢						
	<input type="checkbox"/> サラダ油						<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> ごま			<input type="checkbox"/> 砂糖						
							<input type="radio"/> こしょう			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="checkbox"/> サラダ油						
							<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="checkbox"/> サラダ油									

学校給食献立表(北部学校給食センターB)

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 ごぼうサラダ			ご飯 牛乳 野菜のうま煮 コリアンチキン 切り干しだいこんの炒めナムル			パン 牛乳 コーンスープ チリコンカン キャベツとツナのソテー			ご飯 牛乳 <b>ソコギク</b> いわしのヤンニョムかけ じゃがいものそぼろ煮			<b>一食育の日</b> ご飯 牛乳 もち麦にゅうめん ハンバーグのれんこんソース ほうれんそうと大豆のサラダ						
	<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> パン			<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> ご飯						
献立材料	<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳						
	<input type="radio"/> つくね			<input type="radio"/> 豚肉			<input type="triangle-up"/> コーンクリーム			<input type="radio"/> 牛肉			<input type="checkbox"/> もち麦そうめん						
	<input type="triangle-up"/> キャベツ			<input type="triangle-up"/> かんもどき			<input type="triangle-up"/> とうもろこし			<input type="triangle-up"/> にんにく			<input type="triangle-up"/> たまねぎ						
	<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> ベーコン			<input type="triangle-up"/> サラダ油			<input type="radio"/> かまぼこ						
	<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="triangle-up"/> だいこん			<input type="radio"/> 油揚げ						
	<input type="triangle-up"/> 葉ねぎ			<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="checkbox"/> たまねぎ			<input type="triangle-up"/> ししいたけ			<input type="triangle-up"/> にんじん						
	<input type="radio"/> みそ			<input type="triangle-up"/> れんこん			<input type="triangle-up"/> パセリ			<input type="triangle-up"/> 葉ねぎ			<input type="triangle-up"/> 葉ねぎ						
	<input type="radio"/> 煮干し(だし)			<input type="triangle-up"/> えだまめ			<input type="triangle-up"/> バター			<input type="radio"/> 鶏卵			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ						
	<input type="radio"/> 豚肉			<input type="triangle-up"/> しょうが			<input type="radio"/> 脱脂粉乳			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> コチジャン						
	<input type="triangle-up"/> しょうが			<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> 米粉			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="checkbox"/> 塩						
献立材料	<input type="triangle-up"/> 清酒			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="checkbox"/> 鶏肉			<input type="checkbox"/> ごま油			<input type="checkbox"/> でんぷん						
	<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="radio"/> 大豆			<input type="checkbox"/> 鶏肉			<input type="triangle-up"/> たまねぎ						
	<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="radio"/> 豆みそ			<input type="triangle-up"/> 豚肉			<input type="checkbox"/> 塩			<input type="triangle-up"/> れんこん						
	<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="triangle-up"/> たまねぎ			<input type="checkbox"/> いわし			<input type="checkbox"/> サラダ油						
	<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="radio"/> 米酢			<input type="triangle-up"/> ビーマン			<input type="checkbox"/> ごま			<input type="checkbox"/> トマトケチャップ						
	<input type="checkbox"/> でんぷん			<input type="radio"/> コチジャン			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="triangle-up"/> 根深ねぎ			<input type="checkbox"/> とんかつソース						
	<input type="triangle-up"/> ごぼう			<input type="checkbox"/> 塩			<input type="checkbox"/> トマト			<input type="triangle-up"/> ゆず果汁			<input type="checkbox"/> 砂糖						
	<input type="radio"/> 米酢			<input type="checkbox"/> こしょう			<input type="triangle-up"/> トマトケチャップ			<input type="triangle-up"/> にんにく			<input type="checkbox"/> みりん						
	<input type="radio"/> ちりめんじゃこ			<input type="checkbox"/> でんぷん			<input type="triangle-up"/> ウスターソース			<input type="triangle-up"/> しょうが			<input type="checkbox"/> でんぷん						
	<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="radio"/> チキンハム			<input type="checkbox"/> こしょう			<input type="radio"/> 粉かつお			<input type="triangle-up"/> ほうれんそう						
献立材料	<input type="checkbox"/> ごま			<input type="triangle-up"/> 切り干しだいこん			<input type="checkbox"/> チリパウダー			<input type="radio"/> 鶏肉			<input type="triangle-up"/> キャベツ						
	<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> でんぷん			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="checkbox"/> 塩						
	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング			<input type="triangle-up"/> にら			<input type="triangle-up"/> キャベツ			<input type="checkbox"/> 清酒			<input type="radio"/> チキンハム						
	<input type="radio"/> 白みそ			<input type="triangle-up"/> 根深ねぎ			<input type="triangle-up"/> 塩			<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="radio"/> 大豆						
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="checkbox"/> グリンピース			<input type="checkbox"/> サラダドレッシング						
				<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="triangle-up"/> まぐろ油漬け			<input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ						
				<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> こしょう						
				<input type="checkbox"/> みりん			<input type="triangle-up"/> 米粉			<input type="radio"/> みりん									
				<input type="checkbox"/> ごま油			<input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> でんぷん									
				<input type="checkbox"/> ごま			<input type="checkbox"/> 砂糖			<input type="checkbox"/> サラダ油									
12月22日(月)				12月23日(火)				12月平均 栄養量 (中学校)				<div>12月9日(火)</div> <div>緊急時を 想定した献立</div> <div>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。</div> <div>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。</div> <div>※「ヒートレスカレー」とは、温めずにおいしく食べられるように作られたものです。</div>							
一冬至献立一				一クリスマス献立一															
献立材料	ご飯 牛乳 かす汁 かぼちゃコロッケ ひね鶏のゆずソテー			パン 牛乳 コンソメスープ フライドチキン ジャーマンポテト クリスマスカップケーキ(チョコ)			エネルギー		765kcal		<div>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。</div> <div>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。</div> <div>※「ヒートレスカレー」とは、温めずにおいしく食べられるように作られたものです。</div>								
	<input type="checkbox"/> ご飯			<input type="checkbox"/> パン			たんぱく質		29.8g										
	<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			脂質		31.1%										
	<input type="radio"/> 豚肉			<input type="radio"/> ポークフランク			カルシウム		336mg										
	<input type="radio"/> 豆腐			<input type="triangle-up"/> たまねぎ			鉄		3.0mg										
	<input type="triangle-up"/> こんにゃく			<input type="triangle-up"/> キャベツ			ビタミン	A	243μgRAE										
	<input type="triangle-up"/> だいこん			<input type="triangle-up"/> にんじん				B1	0.50mg										
	<input type="triangle-up"/> ごぼう			<input type="triangle-up"/> セロリ				B2	0.57mg										
	<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="triangle-up"/> チキンスープ				C	33mg										
	<input type="triangle-up"/> 葉ねぎ			<input type="checkbox"/> 塩			食塩相当量		3.4g										
<input type="checkbox"/> 酒かす			<input type="checkbox"/> こしょう			食物繊維		6.9g											
<input type="radio"/> みそ			<input type="checkbox"/> サラダ油			マグネシウム		97mg											
<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> 鶏肉			亜鉛		3.5mg											
<input type="radio"/> みりん			<input type="radio"/> ワイン風調味料																
<input type="radio"/> 煮干し(だし)			<input type="checkbox"/> 砂糖																
<input type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ			<input type="checkbox"/> サラダスパイス																
<input type="checkbox"/> 油			<input type="checkbox"/> こしょう																
<input type="radio"/> ひね鶏			<input type="checkbox"/> 米粉																
<input type="radio"/> 清酒			<input type="checkbox"/> パプリカパウダー																
<input type="triangle-up"/> はくさい			<input type="checkbox"/> 油																
<input type="triangle-up"/> にんじん			<input type="checkbox"/> じゃがいも																
<input type="triangle-up"/> 米酢			<input type="checkbox"/> 塩																
<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="triangle-up"/> たまねぎ																
<input type="triangle-up"/> ゆず果汁			<input type="radio"/> ベーコン																
<input type="triangle-up"/> こしょう			<input type="checkbox"/> サラダ油																
<input type="checkbox"/> サラダ油			<input type="checkbox"/> こしょう																
			<input type="checkbox"/> クリスマスカップケーキ(チョコ)																