



# 令和7年12月分献立予定表



一小学校一

日曜	牛乳	主食・副菜	デザート	おもにエネルギーの もとになる食品		おもに体を つくるもとになる食品		おもに体の調子を 整えるもとになる食品		家庭で とりたい 食べ物
				たんすいかぶつ 炭水化物	しきつ 脂質	たんぱく質	しつ 無機質	むきしつ ビタミン・無機質		
<b>いいね！北栄給食の日</b>										
1月	ごはん 	さつまいもと鶏肉の甘辛揚げ 北栄野菜のけんちん汁 ツナマヨらっきょうサラダ		こめ さとう かたくりこ さつまいも こんにゃく	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	とりにく とうふ まぐろ	ぎゅうにゅう	にんにく だいこん にんじん はくさい しいたけ しうねぎ キャベツ ブロッコリー らっきょう	海そう類 くだもの類	
2火	コッペパン 	焼きぎょうざ 塩ラーメン 砂丘ながいものサラダ		パン こむぎこ ラーメン ながいも	ドレッシング	ぶたにく	ぎゅうにゅう	キャベツ たまねぎ にら にんじん もやし たけのこ ねぎ	豆類 海そう類 くだもの類	
3水	なめし 	はまちの梅竜田揚げ もずくのすまし汁 大根のそぼろ煮		こめ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら	はまち とうふ みそ かまぼこ とりにく	ぎゅうにゅう もずく	うめ しょうが はくさい にんじん ねぎ しうねぎ だいこん にんにく あおな		
4木	ごはん 	とりにく 鶏肉のねぎだれかけ 白菜のみそ汁 冬瓜のカレー煮		こめ さとう かたくりこ	あぶら	とりにく あぶらあげ みそ あつあげ	ぎゅうにゅう	ねぎ はくさい にんじん ごぼう しうねぎ とうがん にんにく いんげん	海そう類 くだもの類	
5金	ごはん 	いわしのおかか煮 ぽかぽかしょうがおでん 春雨の酢の物	りんご	こめ さとう さといも こんにゃく はるさめ	ごまあぶら	いわし かつおぶし とりにく さつまあげ	ぎゅうにゅう わかめ	だいこん にんじん しょうが キャベツ りんご	豆類	
<b>カミカミテー</b>										
8月	ごはん 	にく 肉みそ納豆 青菜と豆腐のスープ 大学いも		こめ さとう さつまいも	ごまあぶら あぶら ごま	なつとう とりにく みそ とうふ ベーコン	ぎゅうにゅう	しょうが ねぎ はくさい しうねぎ にんじん しいたけ ほうれんとう	海そう類 くだもの類	
9火	コッペパン 	たらのフレーク焼き かぼちゃのシチュー 大豆のトマト煮		パン パンこ コーンフレーク かたくりこ さつまいも	ノンエッグ マヨネーズ あぶら	たら とりにく ぶたにく だいす	ぎゅうにゅう スキムミルク	たまねぎ にんじん かぼちゃ しうねぎ ピーマン にんにく	海そう類 くだもの類	
10水	ごはん 	ささみのレモンソース ブロッコリーとたまごのスープ ジャーマンながいも		こめ さとう かたくりこ ながいも	あぶら	とりにく たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが レモン ブロッコリー はくさい コーン にんじん たまねぎ パセリ	豆類 海そう類	
11木	ごはん 	さけ 鮭のねぎ塩焼き いも煮 こまつなのはり酢和え		こめ さとう さといも こんにゃく	ごまあぶら ごま	さけ ぶたにく まぐろ	ぎゅうにゅう のり	ねぎ しょうが にんにく だいこん にんじん しうねぎ こまつな もやし キャベツ	豆類 くだもの類	
12金	ごはん 	とりにく 鶏肉のハニーマスター焼き ポークカレー 大根サラダ		こめ さとう さつまいも じゃかいも	あぶら ドレッシング	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ しうねぎ にんじん ぶどう だいこん みずな コーン	豆類 海そう類	
15月	ごはん 	さばのみそこうじ焼き 北栄野菜の豚汁 きんぴらごぼう		こめ さとう しおこうじ さといも こんにゃく	ごま ごまあぶら	さば みそ ぶたにく ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	しょうが だいこん はくさい にんじん えのきだけ しうねぎ ごぼう ピーマン	海そう類 くだもの類	
16火	コッペパン 	いもいもグラタン 冬野菜のミネストローネ フルーツヨーグルト		パン さとう さつまいも ながいも かたくりこ	バター あぶら	たら ワインナー	ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト	しうねぎ にんじん パセリ かぶ キャベツ にんにく トマト ブロッコリー パイン みかん もも	豆類 海そう類	
17水	ごはん 	さわらの砂丘らっきょうあんかけ ちくわのすまし汁 卵の花の炒り煮		こめ さとう こむぎこ かたくりこ こんにゃく	あぶら	さわら ちくわ とりにく おから	ぎゅうにゅう わかめ	うきょう はくさい とうがん にんじん ねぎ えのきだけ しうねぎ ごぼう	くだもの類	
18木	ごはん 	ほくえいじくせい 北栄特製スタミナ炒め 大根のスープ煮 チンゲンサイのおかか和え	クリスマス デザート 	こめ かたくりこ ながいも	あぶら ごまあぶら	ぶたにく とりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが キャベツ ピーマン だいこん にんじん しうねぎ チンゲンサイ もやし	豆類 海そう類 くだもの類	
19金	ごはん 	フライドチキン ABCスープ もみの木サラダ	クリスマス デザート 	こめ ゼリー かたくりこ こむぎこ じゃかいも マカロニ	あぶら ドレッシング	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんにく しょうが にんじん しめじ たまねぎ パセリ ブロッコリー カリフラワー キャベツ	豆類 海そう類 くだもの類	
<b>クリスマス献立</b>										
22月	ごはん 	かぼちゃのミートチーズ焼き あったかボトフ ゆずの香りサラダ		こめ こむぎこ じゃかいも	ドレッシング	ぶたにく ワインナー まぐろ	ぎゅうにゅう チーズ	かぼちゃ たまねぎ にんじん かぶ はくさい パセリ キャベツ コーン ゆず	豆類 海そう類	

※献立及び食材は、都合により変更することがあります。太字の食材は、北栄町産の食材です。

北栄町学校給食センター TEL 36-3244 担当：栄養教諭



# 令和7年12月分献立予定表



一中学校一

日曜	牛乳	主食・副菜	デザート	おもにエネルギーの もとになる食品		おもに体を つくるもとになる食品		おもに体の調子を 整えるもとになる食品		家庭で とりたい 食べ物
				たんすいかぶつ 炭水化物	しきつ 脂質	たんぱく質	しつ 無機質	むきしつ ビタミン・無機質		
<b>いいね！北栄給食の日</b>										
1月	ごはん 	さつまいもと鶏肉の甘辛揚げ 北栄野菜のけんちん汁 ツナマヨらっきょうサラダ		こめ さとう かたくりこ さつまいも こんにゃく	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	とりにく とうふ まぐろ	ぎゅうにゅう	にんにく だいこん にんじん はくさい しいたけ しうねぎ キャベツ ブロッコリー らっきょう	海そう類 くだもの類	
2火	コッペパン 	焼きぎょうざ 塩ラーメン 砂丘ながいものサラダ		パン こむぎこ ラーメン ながいも	ドレッシング	ぶたにく	ぎゅうにゅう	キャベツ たまねぎ にら にんじん もやし たけのこ ねぎ	豆類 海そう類 くだもの類	
3水	なめし 	はまちの梅竜田揚げ もずくのすまし汁 大根のそぼろ煮		こめ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら	はまち とうふ みそ かまぼこ とりにく	ぎゅうにゅう もずく	うめ しょうが はくさい にんじん ねぎ しうねぎ だいこん にんにく あおな		
4木	ごはん 	とりにく 鶏肉のねぎだれかけ 白菜のみそ汁 冬瓜のカレー煮		こめ さとう かたくりこ	あぶら	とりにく あぶらあげ みそ あつあげ	ぎゅうにゅう	ねぎ はくさい にんじん ごぼう しうねぎ とうがん ににく いんげん	海そう類 くだもの類	
5金	ごはん 	いわしのおかか煮 ぽかぽかしょうがおでん 春雨の酢の物	りんご	こめ さとう さといも こんにゃく はるさめ	ごまあぶら	いわし かつおぶし とりにく さつまあげ	ぎゅうにゅう わかめ	だいこん にんじん しょうが キャベツ りんご	豆類	
<b>カミカミテー</b>										
8月	ごはん 	にく 肉みそ納豆 青菜と豆腐のスープ 大学いも		こめ さとう さつまいも	ごまあぶら あぶら ごま	なつとう とりにく みそ とうふ ベーコン	ぎゅうにゅう	しょうが ねぎ はくさい しうねぎ にんじん しいたけ ほうれんとう	海そう類 くだもの類	
9火	コッペパン 	たらのフレーク焼き かぼちゃのシチュー 大豆のトマト煮		パン パンこ ーンフレーク かたくりこ さつまいも	ノンエッグ マヨネーズ あぶら	たら とりにく ぶたにく だいす	ぎゅうにゅう スキムミルク	たまねぎ にんじん かぼちゃ しうねぎ ピーマン ににく	海そう類 くだもの類	
10水	ごはん 	ささみのレモンソース ブロッコリーとたまごのスープ ジャーマンながいも		こめ さとう かたくりこ ながいも	あぶら	とりにく たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	ににく しょうが レモン ブロッコリー はくさい コーン にんじん たまねぎ パセリ	豆類 海そう類	
11木	ごはん 	さけ 鮭のねぎ塩焼き いも煮 こまつなのはり酢和え		こめ さとう さといも こんにゃく	ごまあぶら ごま	さけ ぶたにく まぐろ	ぎゅうにゅう のり	ねぎ しょうが ににく だいこん にんじん しうねぎ こまつな もやし キャベツ	豆類 くだもの類	
12金	ごはん 	とりにく 鶏肉のハニーマスター焼き ポークカレー 大根サラダ		こめ さとう さつまいも じゃかいも	あぶら ドレッシング	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	ににく しょうが たまねぎ しうねぎ にんじん ぶどう だいこん みずな コーン	豆類 海そう類	
15月	ごはん 	さばのみそこうじ焼き 北栄野菜の豚汁 きんぴらごぼう		こめ さとう しおこうじ さといも こんにゃく	ごま ごまあぶら	さば みそ ぶたにく ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	しょうが だいこん はくさい にんじん えのきだけ しうねぎ ごぼう ピーマン	海そう類 くだもの類	
16火	コッペパン 	いもいもグラタン 冬野菜のミネストローネ フルーツヨーグルト		パン さとう さつまいも ながいも かたくりこ	バター あぶら	たら ワインナー	ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト	しうねぎ にんじん パセリ かぶ キャベツ ににく トマト ブロッコリー パイン みかん もも	豆類 海そう類	
17水	ごはん 	さわらの砂丘らっきょうあんかけ ちくわのすまし汁 卵の花の炒り煮		こめ さとう こむぎこ かたくりこ こんにゃく	あぶら	さわら ちくわ とりにく おから	ぎゅうにゅう わかめ	うきょう はくさい とうがん にんじん ねぎ えのきだけ しうねぎ ごぼう	くだもの類	
18木	ごはん 	ほくえいじくせい 北栄特製スタミナ炒め だいこん 大根のスープ煮 チンゲンサイのおかか和え	あ 	こめ かたくりこ ながいも	あぶら ごまあぶら	ぶたにく とりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう	ににく しょうが キャベツ ピーマン だいこん にんじん しうねぎ チンゲンサイ もやし	豆類 海そう類 くだもの類	
19金	ごはん 	クリスマス献立 フライドチキン ABCスープ もみの木サラダ	クリスマス デザート 	こめ ゼリー かたくりこ こむぎこ じゃかいも マカロニ	あぶら ドレッシング	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	ににく しょうが にんじん しめじ たまねぎ パセリ ブロッコリー カリフラワー キャベツ	豆類 海そう類 くだもの類	

※献立及び食材は、都合により変更することがあります。太字の食材は、北栄町産の食材です。

北栄町学校給食センター TEL 36-3244 担当：栄養教諭