

令和7年12月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
				①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群			
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
魚・肉・卵 大豆・大豆製品		牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 (種実)					
1	月	ごはん チキンカツ ゆでやさい のっぺい汁	牛乳 かつおふりかけ Pソース	かつおふりかけ とり肉 油揚げ、豆腐	牛乳	こまつな、にんじん 葉ねぎ、にんじん	キャベツ だいこん、ごぼう、えのきたけ	ごはん 小麦粉 なたね油	601 748		
2	火	ごはん さばのみそ煮 そえやさい 肉じゃが	牛乳	さば、赤みそ 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	こまつな にんじん、さやいんげん	キャベツ、もやし こんにゃく、たまねぎ	ごはん 砂糖 じゃがいも、砂糖 米油 米油	604 770		
3	水	ごはん れんこん入りコロッケ やさしいため アカモク入りつみれ汁	牛乳	ベーコン アカモク入りつみれ、豆腐	牛乳	れんこん キャベツ だいこん、はくさい、たけのこ	ごはん じゃがいも、小麦粉 なたね油 米油	608 765	愛知を食べる学校給食の日		
4	木	麦ごはん ウインナーとやさいのソテー 米粉カレーライス	牛乳	ウインナーソーセージ 豚肉、大豆	牛乳	ほうれんそう にんじん	キャベツ、コーン、えだまめ たまねぎ	麦ごはん じゃがいも 米油 米油	587 749		
5	金	ごはん 肉やさしいため キムチなべ みかん	牛乳 コーヒー糖	豚肉 豆腐、とりだんご	牛乳	にんじん、さやいんげん にら	たまねぎ、にんにく、たけのこ だいこん、はくさい、もやし 白菜キムチ みかん	ごはん、コーヒー糖 砂糖 ごま、ごま油、米油 米油	635 787		
8	月	ごはん にしんのしょうが煮 塩こんぶあえ 豚汁	牛乳	にしん 豚肉、豆腐、油揚げ 赤みそ	牛乳	ごんぶ にんじん、こまつな にんじん、葉ねぎ	しょうが キャベツ だいこん、ごぼう、こんにゃく	ごはん ごま、ごま油	603 766		
9	火	ごはん れんこんのごまネーズいため すき焼き	牛乳 小魚	ちくわ 豚肉、焼豆腐	牛乳、小魚	にんじん、さやいんげん れんこん	れんこん こんにゃく、根深ねぎ、はくさい えのきたけ、えだまめ	ごはん 砂糖 ごま、卵マヨネーズ 米油 米油	596 761		
10	水	麦ごはん すりみ入りコーンしゅうまい (小1こ、中2こ) ゆでやさい マーボー豆腐	牛乳 Pしょうゆ	たら 豚肉、豆腐、大豆 とりレバー、赤みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	コーン、たまねぎ もやし しょうが、にんにく、たまねぎ たけのこ、しいたけ	麦ごはん 小麦粉 砂糖、でん粉 ごま油、米油	622 827	アジアを食べる学校給食の日 アジア、アジアパラ競技大会 応援献立：中国の料理	
11	木	愛知のツイストパン りんご フライドチキン ミネストローネ	牛乳	とり肉 ウインナーソーセージ	牛乳	にんじん、フロccoli トマト	りんご たまねぎ、セロリ、にんにく	愛知のツイストパン なたね油 米油	686 856	愛知のツイストパン：小麦粉 は100%愛知県産	
12	金	ごはん ごぼう入りつくね (小2こ、中3こ) そえやさい いも煮	牛乳	とり肉 豚肉、生揚げ	牛乳	ほうれんそう にんじん	ごぼう、たまねぎ キャベツ だいこん、根深ねぎ、こんにゃく ぶなしめじ	ごはん 米油 米油 さといも、砂糖	594 781	いも煮：山形県の郷土料理	
15	月	ごはん サーモンフライ ゆでやさい 生揚げのいため煮	牛乳 Pソース	さけ 豚肉、生揚げ	牛乳	にんじん、さやいんげん	キャベツ こんにゃく、だいこん	ごはん 小麦粉 なたね油	655 821		
16	火	ミルクロール とり肉とやさいのバジルソテー ポタージュスープ クリスマスチョコクレープ	牛乳	とり肉 ベーコン 豆乳	牛乳	にんじん にんじん、パセリ	キャベツ、ぶなしめじ、にんにく たまねぎ、コーン	ミルクロール 米油 バター でん粉、砂糖	670 820	クリスマス献立 ミルクロール：小麦粉は50% 愛知県産	
17	水	中華めん ミニトマト (小1こ、中2こ) 青じそ入り米粉揚げきょうざ (小2こ、中3こ) やさしいラーメン	牛乳 角チーズ	豚肉 豚肉、なると巻	牛乳、チーズ	ミニトマト 青じそ にんじん、チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ、キャベツ、コーン もやし、きくらげ	中華めん 米粉 なたね油 でん粉 ごま油、米油	611 745	中華めん：小麦粉は100%愛 知県産 ミニトマト：豊橋産	
18	木	麦ごはん いわしの梅煮 たくあんあえ 親子煮	牛乳	いわし とり肉、卵、高野豆腐	牛乳	にんじん にんじん、みつば	梅 はくさい、たくあん漬け たまねぎ、たけのこ、しいたけ	麦ごはん じゃがいも、砂糖	599 764		
19	金	ごはん かぼちゃ入りミンチカツ もやしとこまつなのおかかいため 根菜汁	牛乳	豚肉 かつお節 とり肉、豆腐	牛乳	かぼちゃ こまつな にんじん、葉ねぎ	もやし だいこん、ごぼう、れんこん	ごはん 小麦粉 なたね油 米油 さといも	647 815	冬至献立：12月22日は冬至	
22	月	麦ごはん ねぎみそ丼 うずら卵の中華スープ煮 みかん	牛乳	豚肉、赤みそ、豆乳 なると巻、うずら卵 わかめ	牛乳	にんじん、葉ねぎ にんじん	切干しだいこん、しょうが たまねぎ、はくさい、しいたけ みかん	麦ごはん 砂糖 米油 米油	628 788		

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(バック)・・・卓上調味料のことで、各学級1本です。
- **太文字**は愛知県産の予定です。

28品目のアレルゲンを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルゲンを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

～アジアを食べる学校給食の日～

食べて応援！アジア・アジアパラ競技大会応援献立

アジア・アジアパラ競技大会とは、4年に一度、アジアの45の国と地域が参加するアジア最大のスポーツの祭典です。2026年には、名古屋市や愛知県の各所をはじめとした7都府県で「愛知・名古屋2026年大会」が開催されます。

大会に向けてアジアの国や地域についてより興味を持ってもらうため、学校給食でアジア料理を提供します。

12月は東アジアに位置する中華人民共和国(通称：中国)の料理です。

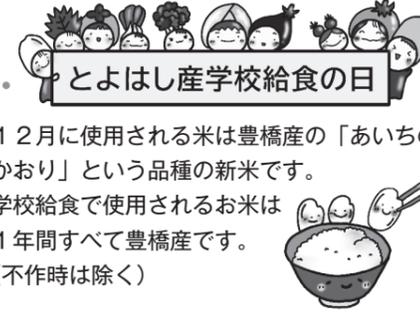
給食を通じてアジアについて知り、大会を応援しましょう！



とよはし産学校給食の日

12月に使用される米は豊橋産の「あいちのかおり」という品種の新米です。

学校給食で使用されるお米は1年間すべて豊橋産です。(不作時は除く)



毎月19日は『食育の日～おうちでごはんの日』です

12月に提供されるマーボー豆腐、豚汁、ねぎみそ丼、すき焼き、肉じゃがなどの調理風景の動画を掲載中！ぜひご覧ください！



保健給食課HP 保健給食課公式 YouTube

給食についてのご意見、お問い合わせ先
* 南部給食センター * 保健給食課
☎45-4512 ☎51-2835