

# 令和7年12月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか		
1	月	セルフあんパン (コッペパン・あずきあん)	小豆	砂糖 パン		食塩	521	20.9
		牛乳	牛乳					
		冬野菜のクリーム煮	牛乳 鶏肉 粉チーズ 脱脂粉乳	じゃがいも サラダ油	たまねぎ かぶ はくさい にんじん プロッコリー カリフラワー	ホワイトルウ 白ワイン 食塩 白こしょう		
★ はし	火	ごはん		米			558	22.7
		牛乳	牛乳					
		マーボー大根	厚揚げ 牛肉 豚肉 大豆 みそ(赤・合わせ)	砂糖 でん粉 ごま油	だいこん たまねぎ にんじん たけのこ にら しいたけ にんにく しょうが	ケチャップ 麻婆豆腐の素 こいくちしょうゆ とうばんじyan		
		くきわかめのごま炒め	かまぼこ くきわかめ	ごま 砂糖 ごま油	もやし にんじん	うすくちしょうゆ みりん		
★ はし	水	ハヤシライス (麦ごはん)	牛肉 生クリーム 粉チーズ 脱脂粉乳	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん グリンピース エリンギ	ハヤシルウ ケチャップ デミグラスソース	674	24.0
		牛乳	牛乳	米 麦	にんにく	赤ワイン ウスターソース		
		なつみかんサラダ			キャベツ きゅうり なつみかん	ノンオイルクリーミーフレンチドレッシング		
		飲むヨーグルト	ヨーグルト					
★ はし	木	米粉入りパン		パン			656	29.5
		レーズンクリーム	ホエイパウダー 全粉乳 脱脂粉乳	食用油脂 砂糖 粉水あめ デキストリン	レーズン	食塩 香料		
		牛乳	牛乳					
		ほうとう	鶏肉 油揚げ	平めん	はくさい かぼちゃ にんじん しめじ ごぼう 葉ねぎ しょうが	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒 みりん かつお節(だし)		
		いりこ豆	大豆 田作り煮干し					
★ はし	金	くだもの			くだもの		554	21.6
		ごはん		米				
		牛乳	牛乳					
		けんちん汁	鶏肉 豆腐	じゃがいも サラダ油	だいこん にんじん 白こんにゃく ごぼう 葉ねぎ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒		
		いわしのみぞれ煮	いわし	砂糖 でん粉	だいこん	しょうゆ 本みりん 食塩		
8	月	添え野菜			キャベツ	青じそドレッシング	545	24.6
		コッペパン		パン				
		牛乳	牛乳					
		麦ビーンズスープ	鶏肉 ひよこ豆	麦	たまねぎ チンゲンサイ にんじん マッシュルーム	うすくちしょうゆ コンソメ 酒 食塩 白こしょう		
		じゃがチーズ	ベーコン チーズ	じゃがいも 無塩バター	たまねぎ パセリ	食塩 白こしょう		
★ はし	火	ごはん		米			510	19.0
		牛乳	牛乳					
		きらす汁	厚揚げ おから 合わせみそ	じゃがいも	だいこん にんじん 白こんにゃく だいすもやし ごもう 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		きびなごフライ	きびなご	パン粉 小麦粉 コーンスターチ なたね油	梅肉パウダー	食塩		
		浅漬け	昆布		キャベツ にんじん			
★ はし	水	ごはん		米			596	27.0
		牛乳	牛乳					
		いかとだいこんの煮物	いか 厚揚げ うずら卵	さといも 砂糖	だいこん にんじん 白こんにゃく いんげん しいたけ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん かつお節(だし)		
		豚みそ	豚肉 大豆 茶うけみそ 米みそ かつお節	ピーナッツ ごま 砂糖 サラダ油	ごぼう にんじん しょうが	酒		
11	木	テーブルロールパン		パン			508	24.2
		牛乳	牛乳					
		たらこスパゲッティ (1食きざみのり)	たらこ ベーコン 貝柱 のり	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ しめじ にんじん こまつな レモン果汁 にんにく	白ワイン ノンエッグマヨネーズ コンソメ 昆布茶 食塩 白こしょう		
		コールスローラダ			キャベツ コーン にんじん	コールスロードレッシング		
12	金	中華どんぶり	豚肉 えび あさり いか うずら卵	でん粉 ごま油 米	はくさい たまねぎ にんじん たけのこ ヤングコーン しょうが	うすくちしょうゆ 酒 パイタン 中華だし 食塩 白こしょう	609	27.1
		牛乳	牛乳					
		ミートポテトの卵とじ	鶏卵 豆腐 牛肉 大豆 さつま揚げ	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん 葉ねぎ	うすくちしょうゆ		
		野菜入りゼリー		砂糖 果糖	にんじん みかん果汁	増粘多糖類 香料		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

# 令和7年12月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか		
15	月	黒砂糖パン		パン				
		牛乳	牛乳					
		豆腐の中華煮	豆腐 豚肉 かまぼこ	でん粉 サラダ油 ごま油	はくさい キャベツ にんじん たけのこ えだまめ しいたけ にんにく しょうが	うすくちしょうゆ 酒 みりん 中華だし オイスターソース 食塩 白こしょう	503	25. 2
		切干大根の炒めナムル	ロースハム	砂糖 ごま油	にんじん 千切大根 きくらげ	うすくちしょうゆ 酢 とうばんじyan 食塩		
★ はし	火	ごはん		米				
		牛乳	牛乳					
		すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐 うずら卵	マロニー 砂糖 サラダ油	はくさい 糸こんにゃく だいすもやし にんじん 深ねぎ しゅんぎく	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒	609	26. 4
		1食納豆	納豆					
		くだもの			くだもの			
17	水	チキンカレー (麦ごはん)	鶏肉 ヨーグルト 粉チーズ 脱脂粉乳	じゃがいも サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん グリンピース りんご にんにく	カレールウ ケチャップ ウスターソース 赤ワイン カレー粉		
		牛乳	牛乳				663	25. 3
		花*花サラダ			ブロッコリー カリフラワー にんじん コーン	ノンオイルクリーミーフレンチドレッシング		
		ヨーグルト	ヨーグルト					
18	木	テーブルロールパン		パン				
		牛乳	牛乳					
		白花豆のポタージュ	牛乳 鶏肉 ベーコン 白花豆 白いんげん豆	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん コーン しめじ クリームコーン パセリ にんにく	アレルゲンフリールウ 白ワイン 食塩 白こしょう		
		フライドチキン	鶏肉 大豆粉	でん粉 小麦粉 砂糖 なたね油		食塩 香辛料	560	27. 2
		キャベツのレモンソースあえ		はちみつ	キャベツ レモン果汁	うすくちしょうゆ		
★ はし	金	三色ゼリー	豆乳 寒天	グラニュー糖 砂糖 水あめ 果糖 デキストリン 加工でん粉	いちご果汁	増粘剤 ゲル化剤 香料		
		三色そぼろどんぶり	鶏肉 大豆	砂糖 サラダ油 米	コーン えだまめ しょうが	こいくちしょうゆ みりん 酒		
		牛乳	牛乳					
		かぼちゃの団子汁	鶏肉	団子(加工でん粉・じゃがいも ・マッシュポテト・砂糖)	団子(かぼちゃ・グルコマンナン) だいこん にんじん えのきたけ こまつな	団子(食塩) うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)	631	25. 3
		クレープ	乳 カスタードクリーム 鶏卵 卵たん白	小麦粉 水あめ ぶどう糖 砂糖 でん粉 加工米粉 大豆油		香料 ベーキングパウダー 食塩		
22	月	セルフツナサンド (食パン・ツナソテー)	まぐろ	サラダ油 パン	キャベツ コーン こまつな	ノンエッグマヨネーズ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
		牛乳	牛乳					
		ビーフシチュー	牛肉 粉チーズ 脱脂粉乳	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん ブロッコリー エリンギ にんにく	ケチャップ ピーフルウ トマトピューレ 赤ワイン ウスターソース 食塩 白こしょう	605	24. 9
		かぼちゃプリン	豆乳	砂糖 水あめ ショートニング 粉あめ ぶどう糖果糖液糖	かぼちゃ	食物繊維(イヌリン) 食塩 増粘多糖類 香料		
★ はし	火	ごはん		米				
		えごまふりかけ	かつおぶし わかめ 焼海苔 あおさ粉 昆布エキス	コーンスターク えごま 砂糖 麦芽糖 紫芋ペースト でん粉	かぼちゃペースト ジンジャー粉末	魚醤 食塩 発酵調味料 酵母エキス		
		牛乳	牛乳					
		韓国風雑煮	鶏肉 豆腐	トック ごま油	たまねぎ はくさい チンゲンサイ にんじん しいたけ	うすくちしょうゆ ガラスープ 食塩 白こしょう		
		もやしとわかめのナムル	わかめ	ごま 砂糖 ごま油	だいすもやし ほうれんそう にんじん	酢 うすくちしょうゆ ラー油		
24	水	チキンライス (麦入りチャーハン)	鶏肉	サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン にんにく	ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 食塩 白こしょう チャーハンの素		
		牛乳	牛乳					
		星のパスタスープ	ベーコン	ホワイトソルガム	キャベツたまねぎ にんじん こまつな	うすくちしょうゆ コンソメ 白ワイン 食塩 白こしょう	553	20. 9
		ケーキ	豆乳ホイップ 豆乳 乾燥おから	砂糖 タピオカ粉 植物油脂 水あめ ショートニング		ココアパウダー 膨張剤 香料 食塩		
お 知 ら せ	<今月の行事> 3日(水) さわやかランニングフェスティバル 22日(月) 冬至 24日(水) 後期前半終了(給食あり) 31日(水) 大晦日			<はしをもつくる日> ★の日は、「はし」をもつくる日です。 きれいにあらったはしを、わすれないようにもつてきましょう。		2日 4日 5日 9日 10日 16日 19日 23日	令和7年12月分平均栄養量 エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
						576	24. 2	
								
								