



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

令和7年度 1 2月学校給食予定献立表（中学校）

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。
※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。
※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含まれるアレルギー	ざ い り ょ う						エネルギー kcal
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
1	月	ごはん						米		762 27.9
		牛乳	乳		牛乳					
		けんちん汁	小麦、大豆、 鶏肉、魚だし	鶏肉 厚揚げ		にんじん こねぎ	ごぼう だいこん こんにゃく しょうが	さといも		
		さばのみそ煮	さば、大豆、魚	さば味噌煮						
		春雨の酢の物	小麦、ごま、大豆		わかめ		きゅうり	春雨 さとう	ごま	
2	火	麦ごはん						米 麦		781 33.8
		牛乳	乳		牛乳					
		厚揚げのそぼろ煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 厚揚げ		にんじん	たまねぎ しょうが グリーンピース	さとう でん粉	油	
		卵焼き	小麦、卵、大豆	卵焼き						
		ごま酢あえ	小麦、ごま、大豆			にんじん	もやし きゅうり	さとう	ごま	
3	水	麦ごはん						米 麦		750 29.5
		牛乳	乳		牛乳					
		五目スープ	小麦、大豆、 鶏肉、豚肉	豚肉 豆腐		にんじん こねぎ	たまねぎ たけのこ きくらげ しょうが	でん粉		
		鶏肉とレバーの マリアナソース	小麦、大豆、 鶏肉、りんご	レバー竜田揚げ 鶏肉		にんじん	しょうが たまねぎ	でん粉 さとう	油	
4	木	はちみつパン	小麦、乳、大豆					はちみつパン		821 35.2
		牛乳	乳		牛乳					
		かぶのシチュー	小麦、乳、牛肉、 大豆、鶏肉、豚肉	豚肉 ベーコン	スキムミルク チーズ	にんじん パセリ	かぶ たまねぎ マッシュルーム	小麦粉	バター 油	
		鶏の照り焼きパティ	小麦、大豆、 鶏肉、りんご	鶏の照り焼き パティ						
		フレンチサラダ	小麦、大豆				きゅうり キャベツ	さとう	油	
5	金	麦ごはん						米 麦		748 34.9
		牛乳	乳		牛乳					
		みそ汁	大豆、魚だし	豆腐 みそ		ほうれんそう	たまねぎ 深ねぎ	じゃがいも		
		魚の竜田揚げ	小麦、大豆、魚	ほき			しょうが	でん粉	油	
		ひじきの炒り煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 大豆	ひじき	にんじん		さとう	油	
8	月	ごはん						米		749 27.6
		牛乳	乳		牛乳					
		肉じゃが	小麦、大豆、豚肉	豚肉		にんじん きぬさや	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう		
		きびなごフライ	小麦、大豆、魚		きびなごフライ				油	
		野菜炒め	小麦、大豆、豚肉	ベーコン			キャベツ もやし		油	
9	火	麦ごはん						米 麦		816 28.0
		牛乳	乳		牛乳					
		冬野菜カレー ルウ	小麦、大豆、 鶏肉、りんご	鶏肉		にんじん ブロッコリー	たまねぎ カリフラワー りんご	じゃがいも	油	
		白菜とりんごのサラダ	小麦、大豆、 りんご、果物				はくさい きゅうり りんご	さとう	油	
		ヨーグルト	乳、ゼラチン		ヨーグルト					
10	水	麦ごはん						米 麦		800 37.5
		牛乳	乳		牛乳					
		鶏家豆腐	小麦、ごま、 大豆、鶏肉	豆腐 鶏肉		にんじん	たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが グリーンピース	さとう でん粉	ごま油	
		しゅうまい	小麦、大豆、 鶏肉、豚肉、貝	しゅうまい						
		ハムともやしの炒め物	ごま、大豆	ハム			もやし	さとう	油 ごま油 ごま	
11	木	黒砂糖パン	小麦、乳、大豆					黒砂糖パン		774 30.9
		牛乳	乳		牛乳					
		和風スパゲッティ	小麦、大豆、 鶏肉、豚肉	鶏肉 ベーコン 豆乳		にんじん ほうれんそう	たまねぎ しいたけ にんにく	スパゲッティ	油	
		アーモンドサラダ	小麦、大豆、 ナッツ、 アーモンド			にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	アーモンド	
12	金	麦ごはん						米 麦		851 31.7
		牛乳	乳		牛乳					
		すき焼き	小麦、大豆、豚肉	豚肉 焼き豆腐			はくさい こんにゃく 深ねぎ	マロニー さとう	油	
		いかなゲット	小麦、いか、 大豆、豚肉、魚	いかなゲット					油	
		煮なます	小麦、ごま、大豆	油揚げ		にんじん	だいこん	さとう	油 ごま	



令和7年度 12月学校給食予定献立表（中学校）

★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。
※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。
※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含まれるアレルギー	ざ い り よ う						エネルギー kcal
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
15	月	ごはん						米		799 34.7
		牛乳	乳		牛乳					
		煮込みおでん	小麦、大豆、 鶏肉、魚、魚だし	鶏肉 厚揚げ 揚げかまぼこ		にんじん	だいこん こんにゃく	さといも じゃがいも さとう		
		玄米入り平つくね	小麦、大豆、 鶏肉、豚肉 魚だし	玄米入り平つくね						
		昆布あえ	小麦、大豆		こんぶ	こまつな	きゅうり とうもろこし			
16	火	麦ごはん	★今月の郷土料理は、「大分県」です。					米 麦		844 29.2
		牛乳		乳	牛乳					
		だんご汁		小麦、大豆、 豚肉、魚だし	豚肉 油揚げ みそ	にんじん	だいこん ごぼう 深ねぎ ししいたけ	やせうま		
		トリニータ丼の具		小麦、ごま、 大豆、鶏肉	鶏肉	にら	しょうが にんにく	でん粉 さとう	油 ごま油	
		みかん					みかん			
17	水	麦ごはん						米 麦		779 31.9
		牛乳	乳		牛乳					
		五目煮豆	小麦、大豆、 豚肉、魚	豚肉 厚揚げ 揚げかまぼこ 大豆	こんぶ	にんじん いんげん	こんにゃく	じゃがいも さとう	油	
		いわし生姜煮	小麦、大豆、魚	いわし生姜煮						
		即席漬け	小麦、大豆			にんじん	キャベツ きゅうり	さとう		
18	木	コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン		854 33.9
		牛乳	乳		牛乳					
		ポトフ	小麦、牛肉、 大豆、鶏肉、豚肉	鶏肉 ベーコン		にんじん	キャベツ たまねぎ 深ねぎ セロリ	じゃがいも		
		トマトオムレツ	小麦、卵、大豆、 鶏肉、豚肉、 ゼラチン	トマトオムレツ						
		ブロッコリーサラダ	小麦、大豆			ブロッコリー	きゅうり とうもろこし	さとう	油	
		チョコクリーム	乳、大豆						チョコ クリーム	
19	金	カレーピラフ	牛肉、大豆、豚肉	ベーコン		にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	米 麦		843 29.7
		牛乳	乳		牛乳					
		かぼちゃの クリームスープ	小麦、乳、大豆、 鶏肉、豚肉	豚肉	牛乳	かぼちゃ パセリ	たまねぎ		バター 生クリーム	
		ローストンカツ	小麦、大豆、豚肉	ローストンカツ					油	
		野菜ソテー	小麦、大豆			ほうれんそう にんじん	キャベツ		油	
22	月	ごはん						米		766 26.7
		牛乳	乳		牛乳					
		つみれ汁	小麦、大豆、魚、 魚だし	イワシ団子	わかめ	にんじん こねぎ	はくさい たまねぎ しいたけ			
		かぼちゃ挽肉フライ	小麦、大豆、 豚肉、りんご			南瓜挽肉フライ			油	
		浦上そばろ	小麦、大豆、豚肉	豚肉		にんじん	もやし ごぼう こんにゃく	さとう	油	
23	火	麦ごはん						米 麦		766 38.5
		牛乳	乳		牛乳					
		うま煮	小麦、大豆、 鶏肉、魚	鶏肉 厚揚げ 揚げかまぼこ		にんじん いんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも さとう	油	
		さばの照り焼き	小麦、さば、 大豆、魚	さば				さとう でん粉	油	
		もやしの炒め物	小麦、ごま、大豆			にんじん ピーマン	もやし		ごま油	
24	水	麦ごはん						米 麦		884 31.9
		牛乳	乳		牛乳					
		豚汁	大豆、豚肉、 魚だし	豚肉 厚揚げ みそ		にんじん こねぎ	だいこん こんにゃく ごぼう			
		鶏のから揚げ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉			しょうが	でん粉	油	
		ほうれん草のごまあえ	小麦、ごま、大豆			ほうれんそう にんじん	はくさい	さとう	ごま	
		チョコドーナツ	小麦、卵、乳、 大豆					チョコドーナツ		