

2026年 きゅうしょくこんだて表12月

清須市学校給食センター



日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			体をつくるもとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーのもとになる	
			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・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	ごはん・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
①	火	小 乳 ロールパン　牛乳		牛乳			パン	
		中 乳 セレクトパン　牛乳		牛乳			パン	
		イタリアンサラダ	ハム		ブロッコリー	キャベツ　きゅうり		イタリアンドレッシング
		乳 コーンクリームスープ	鶏肉	牛乳	にんじん　パセリ	たまねぎ　とうもろこし	コーンポタージュの素	ベシャメルソース
		さつまいもチップス					さつまいも　さとう	あぶら
2	水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		さんまのみぞれ煮	さんま			だいこん	さとう	
		梅風味あえ	かつお節		赤しそ	キャベツ　きゅうり　うめ	さとう	
		豚汁	豚肉　油揚げ　豆腐　豆みそ		にんじん	こんにゃく　ごぼう　だいこん　ぶなしめじ　ねぎ		
3	木	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		豚丼	豚肉　豆みそ		さやいんげん	たまねぎ　こんにゃく　しいたけ	さとう	
		新香あえ				キャベツ　だいこん漬け		
		吉野汁	鶏肉　豆腐　はんぺん		こまつな	はくさい　だいこん	じゃがいも　でんぷん	
4	金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		春巻き	鶏肉		にんじん	たけのこ　たまねぎ　キャベツ	こむぎこ　はるさめ	あぶら
		マーボー豆腐	豚肉　大豆　豆腐　豆みそ		にんじん	たまねぎ　ねぎ　しいたけ　しょうが　にんにく	さとう　でんぷん	ごまあぶら
		大根のナムル			チンゲンサイ	だいこん	さとう	ごまあぶら
⑦	月	乳 くろロールパン　牛乳		牛乳			パン	
		メンチカツ	豚肉　鶏肉			キャベツ	パンこ　こむぎこ	あぶら
		グリーンサラダ			にんじん　ブロッコリー	キャベツ　きゅうり		コーンクリーミードレッシング
		冬野菜のミネストローネ			ほうれんそう　トマト	たまねぎ　はくさい　かぶ	じゃがいも　さとう	オリーブあぶら
8	火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		豆腐の包み焼き	鶏肉　豆腐		にんじん	たまねぎ　えだまめ　しいたけ		
		ツナとひじきの五色あえ	まぐろ油漬け	ひじき	チンゲンサイ　にんじん	もやし	さとう	ごま
		どさんこ汁	豚肉　豆腐　豆みそ　米みそ			えのきたけ　とうもろこし　ねぎ	じゃがいも	
⑨	水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		ビビンバ	豚肉		ほうれんそう	しいたけ　切り干しだいこん　ぜんまい　にんにく　もやし	さとう	ごま　ごまあぶら
		トックスープ	鶏肉		にんじん　にら	たまねぎ　はくさい	トック	
		乳 いちご ヨーグルト（みかんゼリー）		ヨーグルト				
⑩	木	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		鶏肉の香味焼き	鶏肉			にんにく	さとう	ごまあぶら
		おかかあえ	かつお節		にんじん　こまつな	もやし　はくさい	さとう	
		卵 かきたま汁	鶏卵　かまぼこ		ほうれんそう	しいたけ　えのきたけ	でんぷん	
11	金	ソフトめん　牛乳		牛乳			ソフトめん	
		ジャージャー麺	豚肉　豆みそ		にんじん	しょうが　にんにく　たまねぎ　たけのこ　ねぎ	さとう　でんぷん	ごまあぶら
		バンバンジーサラダ	鶏ささみ油漬け			キャベツ　きゅうり		バンバンジードレッシング
		みかん				みかん		
14	月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		清須からあげ	鶏肉　豆みそ			しょうが	でんぷん　さとう	あぶら
		ゆかりあえ			赤しそ	キャベツ　もやし	さとう	
		すまし汁	かまぼこ　豆腐		みつば	えのきたけ		
15	火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		いわしの梅煮	いわし			うめ	さとう	
		じゃがいもとツナの磯煮	まぐろ油漬け	ひじき	にんじん　さやいんげん	とうもろこし	さとう　じゃがいも	
		根菜みそ汁	油揚げ　豆腐　豆みそ　米みそ		こまつな	だいこん　れんこん　ごぼう		
16	水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		しゅうまい	豚肉			たまねぎ	でんぷん　こむぎこ	
		春雨サラダ				キャベツ　きゅうり	はるさめ　さとう	ごまあぶら
		豆腐の中華煮	豚肉　豆腐		にんじん　チンゲンサイ	にんにく　しょうが　たまねぎ　たけのこ	でんぷん	ごまあぶら
17	木	乳 ロールパン　牛乳		牛乳			パン	
		ポークビーンズ	豚肉　大豆		にんじん　トマト	たまねぎ	じゃがいも　でんぷん　さとう	
		ごまドレサラダ				ごぼう　とうもろこし　キャベツ　きゅうり		ごまドレッシング
		ミニりんごゼリー　食育の日					りんごゼリー	
18	金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
		宮重だいこんのみそおでん	豚肉　ちくわ　はんぺん　豆みそ		にんじん	宮重だいこん　こんにゃく	さといも　さとう	
		卵 厚焼き卵（平つくね）	鶏卵				さとう	
		キャベツのおひたし			ほうれんそう	キャベツ　もやし	さとう	
21	月	麦ごはん　牛乳		牛乳			麦ごはん	
		乳 カレーライス（乳アレルギー対応カレー）	豚肉	チーズ	にんじん	たまねぎ	じゃがいも　カレールウ	
		ビーンズサラダ	大豆　ハム			えだまめ　きゅうり　とうもろこし	ひよこまめ	コーンクリーミードレッシング
		豆乳いちごプリン					豆乳いちごプリン	
22	火	白玉うどん　牛乳		牛乳			うどん	
		けんちんうどん	鶏肉　かまぼこ　油揚げ		ほうれんそう	こんにゃく　れんこん　しいたけ		
		かぼちゃコロッケ	鶏肉		かぼちゃ	たまねぎ	パンこ　こむぎこ	あぶら
		ゆず香サラダ	かつお節	かんてん	にんじん	はくさい　もやし　ゆず	さとう	あぶら

☆★☆食育の日は18日(金)に実施します☆★☆

今月は、清須市産の宮重だいこんを使ってみそおでんを作ります。宮重だいこんは、スーパーで販売されている青首だいこんの元祖であり、あいちの伝統野菜に選ばれています。

中学校セレクトパン　1日(火)

揚げパンとロールパン＋いちごジャムのセレクトです。乳アレルギー対応食はごはんとおかかふりかけです。



冬至献立　22日(火)

冬至は、1年のうちで最も太陽が低い位置に来るため、昼が短く、夜が長くなります。昔は、太陽の力が最も弱くなる日とされ、この日を境に太陽が生まれ変わり、運が向いてくると考えられていたことから、ゆず湯で身を清め、邪気を払う小豆や、「ん」のつく食べ物を食べて「運」を呼び込む風習があります。

※今月は愛知県産のみつば、だいこん、チンゲンサイを使用する予定です。
　18日は清須市産の宮重だいこんを使用します。　部分
※献立内容や食材は、都合により変更する場合があります。
※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。
　微量な食品や調味料などは記載していません。
　特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。
（特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。
　また、清須市のホームページから見ることができます）
※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。(対応食がある日に○)
　卵成分を含む献立には、献立名の前に卵でお知らせします。
　代替食がある場合には（　　）内に記載します。
　乳成分を含む献立には、献立名の前に乳でお知らせします。
　代替食がある場合には（　　）内に記載します。

