

令和7年12月分学校給食献立表

豊橋市東部学校給食センター

日曜日	曜日	配膳例	食 品 の 種 類 と 体 内 で の は た ら き								エネルギー (kcal) 小学校 中学校	メモらん
			献 立 名	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 牛乳 小魚		牛乳、小魚			ごはん		596 761			
			れんこんのごまネーズいため	ちくわ		にんじん、さやいんげん	れんこん	砂糖			ごま、卵無マヨネーズ 米油	
			すき焼き	豚肉、焼豆腐		こんにゃく、根深ねぎ、はくさい えのきたけ、えだまめ	ふ、砂糖	米油				
2 火		ごはん 牛乳 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		れんこん キャベツ	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		
			ベーコン アカモク入りつみれ、豆腐	にんじん にんじん、葉ねぎ	だいこん、はくさい、たけのこ							
3 水		ごはん 牛乳 さばのみそ煮 そえやさい 肉じゃが	さば、赤みそ	牛乳		キャベツ、もやし	ごはん 砂糖	米油 米油	604 770			
			豚肉、揚げはんぺん	こまつな にんじん、さやいんげん	こんにゃく、たまねぎ	じゃがいも、砂糖						
4 木		ミルクロール 牛乳 りんご とり肉とやさいのバジルソテー ポタージュスープ		牛乳		りんご キャベツ、ぶなしめじ、にんにく		米油	608 758	ミルクロール：小麦粉は50% 愛知県産		
			ベーコン	チーズ、調理用牛乳 生クリーム	にんじん、パセリ	たまねぎ、コーン	白いんげん豆 バター					
5 金		麦ごはん 牛乳 チキンカツ ゆでやさいの つべい汁	かつおぶりかけ Pソース	かつおぶりかけ とり肉	牛乳		麦ごはん 小麦粉	なたね油	601 748			
				油揚げ、豆腐	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	さといも、でん粉					
8 月		ごはん 牛乳 サーモンフライ ゆでやさい 生揚げのいため煮	Pソース	さけ		キャベツ	ごはん 小麦粉	なたね油	655 821			
			豚肉、生揚げ	にんじん、さやいんげん	こんにゃく、だいこん	さといも、砂糖	米油					
9 火		ごはん 牛乳 肉やさしいため キムチなべ みかん	コーヒー糖	牛乳		ごはん、コーヒー糖	砂糖	ごま、ごま油、米油 米油	635 787			
			豚肉	にんじん、さやいんげん	たまねぎ、にんにく、たけのこ							
			豆腐、とりだんご	にら	だいこん、はくさい、もやし 白菜キムチ							
10 水		中華めん 牛乳 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) やさいラーメン	角チーズ	牛乳、チーズ	ミニトマト	キャベツ	中華めん	米粉	なたね油	611 745	中華めん：小麦粉は100%愛 知県産 ミニトマト：豊橋産	
					青じそ	たまねぎ、キャベツ、コーン もやし、きくらげ	でん粉	ごま油、米油				
			豚肉、なると巻	にんじん、チンゲンサイ								
11 木		ごはん 牛乳 いわしの梅煮 たくあんあえ 親子煮		牛乳		梅	ごはん		599 764			
			いわし	にんじん	はくさい、たくあん漬け	じゃがいも、砂糖						
			とり肉、卵、高野豆腐	にんじん、みつば	たまねぎ、たけのこ、しいたけ							
12 金		麦ごはん 牛乳 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	PLしょうゆ	牛乳		コーン、たまねぎ	麦ごはん 小麦粉		612 814	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		
				にんじん	もやし	砂糖、でん粉	ごま油、米油					
			豚肉、豆腐、大豆 とりレバー、赤みそ	葉ねぎ	しょうが、にんにく、たまねぎ たけのこ、しいたけ							
15 月		麦ごはん 牛乳 ねぎみそ丼 うずら卵の中華スープ煮 みかん		牛乳	にんじん、葉ねぎ	切干しだいこん、しょうが	麦ごはん 砂糖	米油 米油	628 788			
			豚肉、赤みそ、豆乳 なると巻、うずら卵	わかめ	にんじん	たまねぎ、はくさい、しいたけ	はるさめ					
					みかん							
16 火		ごはん 牛乳 にしんのしょうが煮 塩こんぶあえ 豚汁		牛乳		しょうが	ごはん		603 766			
			にしん	こんぶ	にんじん、こまつな	キャベツ	ごま、ごま油					
			豚肉、豆腐、油揚げ 赤みそ	にんじん、葉ねぎ	だいこん、ごぼう、こんにゃく	さといも						
17 水		愛知のツイストパン 牛乳 フライドチキン ミネストローネ クリスマスチョコクレープ		牛乳			愛知のツイストパン	なたね油	748 918	クリスマス献立 愛知のツイストパン：小麦粉 は100%愛知県産		
			とり肉	にんじん、ブロッコリー トマト	たまねぎ、セロリ、にんにく	じゃがいも、砂糖	米油					
			ウインナーソーセージ			でん粉、砂糖						
18 木		麦ごはん 牛乳 ウインナーとやさいのソテー 米粉カレーライス		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	米油 米油	587 749			
			ウインナーソーセージ 豚肉、大豆			じゃがいも						
19 金		ごはん 牛乳 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	かぼちゃ こまつな	もやし	ごはん 小麦粉	なたね油 米油	647 815	冬至献立：12月22日は冬至		
			とり肉、豆腐	にんじん、葉ねぎ	だいこん、ごぼう、れんこん	さといも						
22 月		ごはん 牛乳 ごぼう入りつくね (小2こ、中3こ) そえやさい いも煮		牛乳		ごぼう、たまねぎ	ごはん		594 781	いも煮：山形県の郷土料理		
			とり肉	ほうれんそう	キャベツ		米油					
			豚肉、生揚げ	にんじん	だいこん、根深ねぎ、こんにゃく ぶなしめじ	さといも、砂糖	米油					

- 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 (パック) …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～

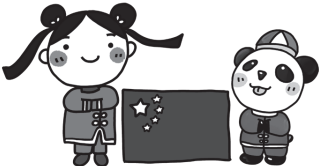
食べて応援！アジア・アジアパラ競技大会応援献立

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！



- 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
* 東部給食センター * 保健給食課
☎62-9815 ☎51-2835