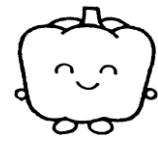




12月の献立表



令和7年12月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日		月		火		水		木		金	
		1日 594 kcal		2日 611 kcal		3日 692 kcal		4日 659 kcal		5日 587 kcal	
献立		・こぎつねごはん・牛乳 ・豆乳入り厚焼き玉子 ・ひじきの煮物 ・わかめともやしのみそ汁・りんご		・ごはん・しらす小松菜ふりかけ ・牛乳・ししゃもの石垣揚げ ・あぶら麩とじゃが芋の煮物 ・きのこのかきたま汁		・フィッシュバーガー・牛乳 ・ポテトサラダ ・レンズ豆のミネストローネ ・バナナ		・にんにくチャーハン・牛乳 ・レバーとカシューナッツの炒め物 ・ねぎとわかめのスープ ・さつま芋のクリーム煮		・吹き寄せごはん ・牛乳・魚のフライ ・小松菜ともやしのお浸し ・ふぶき汁・菊花みかん	
食	赤	牛乳 糸こんにふ とり肉 油あげ ひじき 豆乳 たまご 大豆 焼きちくわ 粉かつお なたと みそ わかめ		牛乳 しらす おかか ししゃも とり肉 なたと たまご とうふ わかめ		牛乳 まだら ハム ベーコン ぶた肉 レンズまめ		牛乳 ベーコン なたと ちりめんじゃこ ぶたレバー ぶた肉 とうふ わかめ 生クリーム		牛乳 油あげ まだら おかか とり肉 とうふ なたと (卵無) 糸こんにふ	
	黄	米 もち米 三温糖 ごま 油 さとう		米 むぎ 油 ごま 小麦粉 じゃが芋 こんにやく 油ふ 三温糖 でんぶん		パン 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋 マヨネーズ(卵無) さとう 米粉マカロニ		米 むぎ ごま油 油 カシューナッツ でんぶん 三温糖 さつま芋 さとう はちみつ		米 もち米 さつま芋 三温糖 小麦粉 パン粉 油	
	品	緑 しいたけ にんじん 玉ねぎ もやし りんご		小松菜 しいたけ にんじん 玉ねぎ グリンピース えのきたけ みつば		キャベツ パセリ にんじん 玉ねぎ きゅうり コーン 小松菜 トマト バナナ		にんにく にんじん 葉ねぎ しょうが 玉ねぎ 赤パプリカ もやし ねぎ		れんこん にんじん しめじ さやえんどう 小松菜 もやし 大根 えのきたけ ねぎ みかん	
		8日 576 kcal		9日 613 Kcal		10日 569 kcal		11日 642 kcal		12日 547 kcal	
献立		・和トースト(海苔じゃこチーズ) ・牛乳・青のりポテト ・小松菜サラダ(ツナ) ・もやしえのきいものスープ・バナナ		・秋鮭ごはん ・牛乳 ・みぞれ鍋 ・大豆とさつま芋と田作りの揚げ煮		・にんじん茶飯・牛乳 ・ホッケの塩焼き ・どさんこおでん ・短冊和え		・ほうとう風うどん・牛乳 ・おから入りコロッケ ・ボイルキャベツ ・フルーツヨーグルト		・とふめし・牛乳 ・つくね焼き・切り干し大根の含め煮 ・そうめん汁兵庫県ばち汁 ・はれひめ(みかんの仲間)	
食	赤	牛乳 しらす のり チーズ あおのり ツナ とり肉 とうふ		牛乳 糸こんにふ しろさけ たまご 焼きちくわ とり肉 焼きたまご かたくちいわし(田作り) 大豆		牛乳 糸こんにふ ほっけ こんにふ 焼きちくわ 揚げボール 京がんと ウィンナー わかめ さきいか		牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ おから 豆乳 ヨーグルト		牛乳 油揚げ とうふ まさば とり肉 かまぼこ わかめ	
	黄	パン オリーブ油 油 じゃが芋 米粉マカロニ 三温糖 ごま ごま油		米 むぎ 油 三温糖 ごま はるさめ さつま芋		米 もち米 ごま じゃが芋 こんにやく ちくわぶ パター さとう 油		油 ほうとう じゃが芋 マヨネーズ(卵無) 小麦粉 パン粉 さとう		米 もち米 三温糖 油 パン粉 でんぶん そうめん	
	品	緑 にんにく 葉ねぎ にんじん キャベツ 小松菜 もやし 玉ねぎ レモン えのきたけ バナナ		小松菜 さやいんげん しょうが にんにく ねぎ 白菜 にんじん えのきたけ だいこん		にんじん 大根 コーン きゅうり 玉ねぎ		しょうが しいたけ にんじん 玉ねぎ かぼちゃ ねぎ 小松菜 キャベツ パセリ みかん缶 りんご缶 バナナ 干しぶどう		ごぼう にんじん しめじ さやいんげん ねぎ れんこん 葉ねぎ 切り干し大根 しいたけ 大根 えのきたけ はれひめ	
		15日 590 kcal		16日 633 kcal		17日 698 kcal		18日 605 kcal		19日セレクト給食平均 573 kcal	
献立		・じゃこわかめご飯・牛乳 ・ゼリーフライ ・わかめとツナの和え物 ・里芋えのきのみそ汁・菊花みかん		・コーンみそラーメン・牛乳 ・手作りあんまん ・しらす海藻サラダ ・果物 ・はれひめ		・ごはん・のりとあさりの佃煮 ・牛乳・豚肉とこんにやくのフライ風 ・芋とわかめのみそ汁 ・大学芋・りんご		・ご飯・キーマカレー ・牛乳・大根のおかか胡麻サラダ ・ジュリエンスープ ・バナナ		Aメニュー黄な粉揚げパン 牛乳 菊花ミカン Bメニュー揚げパン ジョア(フレンチ) りんご 共通メニュー ワンタンスープ かぼちゃのサラダ	
食	赤	牛乳 ちりめんじゃこ わかめ ツナ おから めんたいこ 煮干し粉 なたと みそ		牛乳 ぶた肉 みそ なたと 豆乳 あずき わかめ 赤とさかのり しらす		牛乳 もみのり あさり ひじき わかめ ぶた肉 とうふ 油揚げ みそ 煮干し粉		牛乳 ぶた肉 大豆 ハム わかめ おかか ベーコン		牛乳(ジョア) とり肉 きなこ ハム	
	黄	米 むぎ ごま じゃが芋 マヨネーズ(卵無) 小麦粉 油 さといも		中華めん ごま油 ラード 小麦粉 三温糖 マーガリン 黒ごま 黒さとう		米 むぎ 三温糖 水あめ こんにやく 小麦粉 パン粉 油 さつま芋 ごま じゃが芋		米 むぎ ごま 油 三温糖 じゃが芋		パン 油 さとう グラニュー糖 ワンタンの皮 じゃが芋 マヨネーズ(卵無)	
	品	緑 玉ねぎ キャベツ もやし にんじん 小松菜 白菜 えのきたけ ねぎ みかん		小松菜 にんにく しょうが もやし にんじん 玉ねぎ 白菜 にら コーン ねぎ きゅうり キャベツ はれひめ		しいたけ にんじん 玉ねぎ ねぎ りんご		しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース 大根 きゅうり キャベツ セロリ パセリ バナナ		にんにく しいたけ にんじん キャベツ 玉ねぎ もやし にら しょうが ねぎ きゅうり かぼちゃ ブロッコリー みかん	
		22日 587 kcal		23日 697 kcal							
献立		・マス寿司・牛乳 ・ぶりと大根の煮物 ・ひき肉と冬瓜のあんかけ汁 ・菊花みかん		・ジャコのガーリックライス・牛乳 ・鶏手羽元の甘辛煮 ・白菜ミルクスープ ・かぼちゃのケーキ							
食	赤	牛乳 たまご 油揚げ マス ぶり とり肉 とうふ		牛乳 ベーコン ちりめんじゃこ とり肉 こんにふ あさり 豆乳 たまご		 12月19日は、セレクト給食です。 AかBのメニューのうちどちらにするか考えて おいてください。クラスで、時間がある時にア ンケートをとってもらいます。 19日まで何を選んだか覚えておきましょう。 当日は、当番の人が一番忙しい日です。当番の 人以外は、静かに準備をして待つようにしま しょう。		 ぼくら、冬野菜は寒くなると凍らないように糖分を体 に蓄えます。そうすると甘 くなるんだ。 キャベツや白菜、ブロッコ リーなどぼくの仲間はたく さんいるよ。おいしくなる からたくさん食べてね！			
	黄	米 三温糖 さとう 油 でんぶん		米 むぎ オリーブ油 三温糖 油 マーガリン 小麦粉 粉糖 チョコレート							
	品	緑 にんじん しいたけ 小松菜 しょうが 大根 ゆず とうがん みかん		にんにく パセリ しょうが ねぎ しいたけ にんじん 玉ねぎ 白菜 えのきたけ 小松菜 かぼちゃ							

※旬の食材を使います。特に野菜やくだものは、産地の生育状況や完熟の度合いで変更になる場合があります。12月8日は、「有機農業の日」です。8日に使用する野菜は、有機農法でていねいに作られた にんじん 玉ねぎ じゃが芋 バナナを使います。新年は、1月9日(金)から給食が始まります。