



12月献立表



令和7年12月
江戸川区立一之江小学校

曜日		月	火	水	木	金
		1日 610kcal	2日 514kcal	3日 627kcal	4日 556kcal	5日 671kcal
献立		ごはん・かみかみじゃこふりかけ たらのもみじマヨやき たまごとひじきのあえもの・ぎゅうにゅう ちゃんこなべふうじる	てづくりこまつなチーズポテトロール とりにくとやさいのスープ ベーコンとキャベツのソテー ぎゅうにゅう	ふゆやさいのカレーライス はなやさいサラダ ぎゅうにゅう オレンジかんてんポンチ	たかなチャーハン ジャンボぎょうざ ちゅうかたまごスープ ぎゅうにゅう	さんしょくそぼろごはん だいがくいも さけのかすじる うんしゅうみかん・ぎゅうにゅう
	赤	だいず・かつおぶし・ちりめんじゃこ・ぎゅうにゅう・たら・みそ・たまご・ひじき・ハム・とりにく・おから・あぶらあげ・とうふ	だっしふんにゅう・チーズ・ぎゅうにゅう・とりにく・ベーコン	ベーコン・イカ・エビ・だっしふんにゅう・ヨーグルト・こなチーズ・ぎゅうにゅう・まぐろ・こなかんてん	たまご・しらす・ぎゅうにゅう・ぶたにく・とりにく・とうふ	ぶたにく・たまご・ぎゅうにゅう・とうふ・あぶらあげ・さけ・みそ・だいず
	黄	こめ・むぎ・さとう・マヨネーズ(たまごなし)・あぶら・ごま・パンこ・かたくりこ・じゃがいも・りよくとうはるさめ	きょうりきこ・さとう・バター・じゃがいも・オリーブオイル	こめ・むぎ・あぶら・さといも・マーガリン・こむぎこ・さとう	あぶら・こめ・むぎ・ごまあぶら・ごま・ぎょうざのかわ・かたくりこ	こめ・むぎ・さとう・ごま・さつまいも・みずあめ・こんにやく
品	緑	にんじん・ブロッコリー・キャベツ・しょうが・ねぎ・はくさい・えのきたけ	こまつな・セロリー・にんじん・たまねぎ・えのきたけ・はくさい・パセリ・にんにく・ぶなしめじ・キャベツ	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・だいこん・れんこん・ぶなしめじ・ほうれんそう・ブロッコリー・カリフラワー・キャベツ・みかん・ナタデココ	にんにく・たかな・にんじん・ねぎ・キャベツ・にら・ほししいたけ・しょうが・たまねぎ・えのきたけ・こまつな	しょうが・こまつな・だいこん・にんじん・ぶなしめじ・ねぎ・うんしゅうみかん
		8日 671kcal	9日 563kcal	10日 581kcal	11日 599kcal	12日 625kcal
		メープルフレンチトースト サーモンクリームシチュー じゃがいもとほうれんそうのソテー オーガニックバナナ・ぎゅうにゅう	ごもくおこわ・ぎゅうにゅう めひかりのからあげ(あおのり) えのきのみそしる うめじそわふうサラダ・いちご	こまつなのホワイトソースパスタ ポトフ カリカリポテトサラダ ぎゅうにゅう	ゆかりごはん・ぎゅうにゅう さばのみそだれやき こまつなともやしのおひたし とんじる・うんしゅうみかん	ごはん レバーとポテトのアーモンドがらめ やさいとさつまあげのいためもの あんかけじる・ぎゅうにゅう
食	赤	たまご・ぎゅうにゅう・レンズまめ・だいず・さけ・とうにゅう・なまクリーム・ベーコン	とりにく・しおこんぶ・あぶらあげ・ぎゅうにゅう・めひかり・あおのり・かつおぶし・とうふ・だいず・みそ・わかめ	ベーコン・ぎゅうにゅう・とうにゅう・なまクリーム・こなチーズ・ウインナー	ぎゅうにゅう・サバ・みそ・かつおぶし・ぶたにく・みそ・だいず・なまあげ	ぎゅうにゅう・ぶたレバー・だいず・ぶたにく・さつまあげ・かつおぶし・かまぼこ・とうふ
	黄	しよくパン・バター・さとう・メープルシロップ・あぶら・じゃがいも・マーガリン・こむぎこ	もちごめ・こめ・あぶら・さとう・かたくりこ・じゃがいも・ごま	スパゲッティ・オリーブオイル・あぶら・バター・こむぎこ・じゃがいも・さとう	こめ・むぎ・あぶら・さとう・かたくりこ・ごまあぶら・こんにやく・じゃがいも	こめ・むぎ・かたくりこ・じゃがいも・あぶら・さとう・アーモンド・ごまあぶら・こんにやく
	緑	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ・れんこん・パセリ・にんにく・ほうれんそう・バナナ	ほししいたけ・ぶなしめじ・ごぼう・にんじん・はくさい・きゅうり・ホールコーン・しそ・うめびしお・だいこん・えのきたけ・たまねぎ・ねぎ・こまつな・いちご	パセリ・にんにく・たまねぎ・ホールコーン・こまつな・かぶ・だいこん・にんじん・キャベツ・きゅうり	ゆかり・こまつな・もやし・にんじん・キャベツ・だいこん・ねぎ・うんしゅうみかん	しょうが・にんにく・にんじん・たまねぎ・キャベツ・ぶなしめじ・もやし・こまつな
献立		15日 550kcal	16日 580kcal	17日 553kcal	18日 564kcal	19日 507kcal
		わかめごはん・ぎせいどうふ ひじきのにももの さつまいもののみそしる ゆめおれんじ・ぎゅうにゅう	わかめごはん・ぎせいどうふ ひじきのにももの さつまいもののみそしる ゆめおれんじ・ぎゅうにゅう	ホットドック こんさいチップス わかめスープ ぎゅうにゅう	イカのたきこみごはん ぶたにくのにんにくいため ながいもいりおひたし せんべいじる・りんご	ごはん・のりとあさりのつくだに ホッケのしおやき こまつなとツナのあえもの けんちんじる・みはやみかん・ぎゅうにゅう
	赤	なにく 何になったか楽しみにしてください	わかめ・ぎゅうにゅう・とりにく・とうふ・たまご・ちくわ・ひじき・あぶらあげ・みそ・だいず	ウインナー・ぎゅうにゅう・とりにく・とうふ・わかめ	あぶらあげ・イカ・ぎゅうにゅう・ぶたにく・しらす・かつおぶし・とりにく・とうふ	あさり・もみのり・ぎゅうにゅう・ほっけ・いとこんぶ・まぐろ・とりにく・あぶらあげ・とうふ
品	黄	こめ・むぎ・ごま・あぶら・さとう・さつまいも	こめ・むぎ・ごま・あぶら・さとう・さつまいも	パン・マーガリン・さつまいも・じゃがいも・あぶら・ごまあぶら・ごま	こめ・むぎ・あぶら・さとう・ごま・かたくりこ・ながいも・なんぶせんべい	こめ・むぎ・さとう・ごま・ごまあぶら・じゃがいも・かたくりこ・ちくわふ
	緑	ほししいたけ・にんじん・こまつな・だいこん・はくさい・ねぎ・ゆめおれんじ	ほししいたけ・にんじん・こまつな・だいこん・はくさい・ねぎ・ゆめおれんじ	キャベツ・れんこん・かぼちゃ・にんじん・だいこん・えのきたけ・はくさい・ねぎ	にんじん・こまつな・りんご・にんにく・しょうが・えのきたけ・たまねぎ・にら・もやし・キャベツ・ごぼう・だいこん・ほししいたけ・ねぎ・りんご	ほししいたけ・にんじん・こまつな・キャベツ・だいこん・ごぼう・ねぎ・みはや
		22日 546kcal	23日 687kcal			
献立		かぼちゃいりほうとう さくらえびのかきあげ かぶのゆずあえ りんご・ぎゅうにゅう	いろいろピラフ マカロニスープ・フライドチキン ぎゅうにゅうorジョアストロベリー ガトーショコラorまっちゃケーキ	ぼくはリッパ。よくかんでほしい 献立の日にぼくがついています。	23日は2学期のセレクト給食(飲み物、デザート)です。2つのうちどちらにするか選びます。クラスでアンケートをとってもらいます。	かぼちゃ・にんじん・れんこん・きんかん・うんどん・とうじ・うんも運盛り
	赤	こんぶ・ぶたにく・あぶらあげ・みそ・ぎゅうにゅう・さくらえび・ちくわ・しおこんぶ	ハム・ぎゅうにゅう・とりにく・たまご・ベーコン・なまクリーム	ぼくはこまつなくん。江戸川区特産の小松菜を使った献立の日についていますよ!	3学期の給食は1月9日(金)からです。良いお年をお迎えください。	よ・お・年・を
	黄	さといも・ほうとう・さつまいも・こむぎこ・こめ・マヨネーズ(たまごなし)・あぶら・さとう	こめ・むぎ・あぶら・バター・こむぎこ・かたくりこ・じゃがいも・マカロニ・さとう・グラニューとう・ホワイトチョコレート・ミルクチョコレート			
品	緑	かぼちゃ・にんじん・だいこん・はくさい・えのきたけ・こまつな・ねぎ・たまねぎ・ごぼう・ねぎ・かぶ・キャベツ・ゆず・りんご	にんにく・にんじん・たまねぎ・ホールコーン・パプリカ・こまつな・セロリー・キャベツ			

旬の食材を使います。産地の生育状況などで食材が変更になる場合があります。