



令和7年12月献立予定表(B)

薩摩川内市立

川内学校給食センター

献立は市のホーム
ページでも確認できます。



日曜	こんだて名			おもにエネルギーのものとなる食品	おもに体をつくるものとなる食品	おもに体の調子を整えるものとなる食品	ちょうみりょう 調味料など	えいようか		下線が引いてある食品の主な原材料 【特定原材料8品目(しょうゆ由来の小麦を除く)】
	主食	牛乳	おかず					エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	
1月	①麦ごはん 	②牛乳	③大根とがんもどきのうま煮 ④きびなごの南蛮漬け	①ごめ おおむぎ ③でんぶん さんおんとう サラダあぶら ④でんぶん なたねあぶら さんおんとう	②ぎゅうにゅう ③とりにく がんもどき ④きびなご	③にんじん だいこん だけのこ えだまめ しうが こんにゃく ④たまねぎ ピーマン	③かつおぶし うすくちしようゆ さけみりん ④うすくちしようゆ す いちみとうがらし	650	28.6	下線(細字)の加工食品は、給食食材の原材料名【食物アレルギー対応用】に掲載してあります。
2火	①コッペパン 	②牛乳	③ポークピーンズ ④花花サラダ ⑤パテキャラメル	①コッペパン ③じゃがいも サラダあぶら さんおんとう ④フレンチドレッシング ⑤パテキャラメル	②ぎゅうにゅう ③ふたにく たいす ひよこまめ マローフットビース あかいんげんまめ ④かんてん	③たまねぎ パセリ マッシュルーム にんにく トマト ④ブロッコリー にんじん カリフラワー きゅうり	③コンソメ こしょう ケチャップ トマトソース	641	27.9	がんもどき
3水	①麦ごはん 	②牛乳	③真鯛入りつみれのすまし汁 ④高野豆腐の肉みそかけ	①ごめ おおむぎ ④でんぶん なたねあぶら サラダあぶら さんおんとう ごま	②ぎゅうにゅう ③まだいいりつみれ あぶらあげ ④こうやどうふ ふたにく こめみそ	③にんじん はくさい ごぼう だいこん ねぎ しうが ④にんじん たまねぎ しうが にら	③かつおぶし うすくちしようゆ さけ	626	22.2	豆腐 なたね油 粉状大豆たん白 にんじん でん粉
4木	①コッペパン 	②牛乳	CaFeメニュー ③ふわふわ卵スープ ④レバーのナツツがらめ	①コッペパン ③パンこ ④なたねあぶら さんおんとう アーモンド	②ぎゅうにゅう ③とりにく たまご ④とりレバーのたつたあげ	③にんじん たまねぎ チンゲンサイ えのきたけ	③とりがらスープ コンソメ こしょう うすくちしようゆ ④ウスターーソース	697	32.6	フレンチドレッシング
5金	①麦ごはん 	②牛乳	③ちゃんこなべ ④高菜の油いため ⑤米粉のかぼちゃマフィン	①ごめ おおむぎ ④サラダあぶら さんおんとう ごま ⑤ごめのかぼちゃマフィン	②ぎゅうにゅう ③とりにく ちくわ ④ふたにく ひじき あぶらあげ かつおぶし	③にんじん だいこん ごぼう はくさい ふかねぎ しめじ しうが ④にんじん だけのこ しうが たかなづけ	③とりがらスープ うすくちしようゆ さけ みりん ④うすくちしようゆ みりん いちみとうがらし	648	25.5	トマトソース
6土	①黒糖パン 	②牛乳	③中華風春雨スープ ④平つくねのお好み焼き風	①コッペパン ③くろさとう ③はるさめ ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ふたにく あつあげ ④ひらくね あおのり	③にんじん たまねぎ キャベツ もやし きくらげ ほうれんそう	③とりがらスープ うすくちしようゆ さけ こしょう ④のうこうソース ケチャップ	617	25.3	真鯛入りつみれ【小麦】
7日	①麦ごはん 	②牛乳	③冬野菜カレー✿ ④白菜サラダ	①ごめ おおむぎ ③じゃがいも サラダあぶら ④イタリアンドレッシング	②ぎゅうにゅう ③ふたにく 4かんてん	③にんじん たまねぎ れんこん りんご ブロッコリー ブルーン だいこん ④きゅうり はくさい にんじん コーン	③カレールー	611	20.3	パン粉【小麦】
8月	①コッペパン 	②牛乳	③ボルシチ ④ホキフライ ⑤りんごジャム	①コッペパン ③じゃがいも サラダあぶら さんおんとう クリーム(植物性) ④なたねあぶら ⑤りんごジャム	②ぎゅうにゅう ③ふたにく 4ホキフライ	③にんじん たまねぎ キャベツ ビーツ ブロッコリー トマト にんにく	③とりがらスープ コンソメ ケチャップ こしょう	742	29.6	鶏レバーの竜田揚げ
9火	①麦ごはん 	②牛乳	③生姜みそおでん ④茎わかめの甘酢いため ⑤ふわっといちご✿	①ごめ おおむぎ ③さといも ざらめ ④さんおんとう ごまあぶら ⑤ふわっといちご	②ぎゅうにゅう ③ふたにく あつあげ こんぶ さつまあげ ④くわわかめ ふたにく	③にんじん だいこん みりん ④うすくちしようゆ す	③かつおぶし みりん ④うすくちしようゆ	649	23.1	小麦粉 上白糖 ショートニング イースト 大豆粉 イーストフード
10水	①コッペパン 	②牛乳	③ポルシチ ④ホキフライ ⑤りんごジャム	①コッペパン ③じゃがいも サラダあぶら さんおんとう クリーム(植物性) ④なたねあぶら ⑤りんごジャム	②ぎゅうにゅう ③ふたにく 4ホキフライ	③にんじん たまねぎ キャベツ ビーツ ブロッコリー トマト にんにく	③とりがらスープ コンソメ ケチャップ こしょう	770	32.0	魚介エキス 砂糖 しょうゆ 味噌 砂糖 しょうが 魚肉ぶどう糖液糖 アミノ酸等 酒精 にんにく 醸造酢 増粘剤
11木	①麦ごはん 	②牛乳	③生姜みそおでん ④茎わかめの甘酢いため ⑤ふわっといちご✿	①ごめ おおむぎ ③さといも ざらめ ④さんおんとう ごまあぶら ⑤ふわっといちご	②ぎゅうにゅう ③ふたにく あつあげ こんぶ さつまあげ ④くわわかめ ふたにく	③にんじん だいこん みりん ④うすくちしようゆ す	③かつおぶし みりん ④うすくちしようゆ	766	27.3	ウスターーソース
12金	①たてわり 米粉入りパン 	②牛乳	③かぼちゃとキャベツのスープ煮 ④ポークフランクのピザソース	①ごめこいりパン ④オリーブオイル さんおんとう	②ぎゅうにゅう ③ふたにく 4ポークフランク	③にんじん かぼちゃ たまねぎ キャベツ マッシュルーム ④たまねぎ パセリ にんにく トマト バジル	③とりがらスープ うすくちしようゆ コンソメ こしょう ④ピザソース コンソメ ケチャップ こしょう ウスターーソース	617	24.0	高菜漬け
								770	29.2	平つくね

◆◆【献立名の番号について】献立名と、その料理に使用している食品に同じ番号をつけています。◆◆

◆◆4日は「CaFeメニュー」です。※CaFeメニューとは:不足しがちな栄養素のカルシウム(Ca)や鉄(Fe)が多くとれるメニューです。◆◆

◆◆【さつませんだい食育の日】は、15日です。◆◆

◆◆✿印がついている料理は、中学3年生のリクエストメニューです。◆◆

リクエスト給食の集計結果を発表します。

せんだいきたちゅうがっこ川内北中学校	へいせいいちゅうがっこ平成中学校	とうごうがくえん 東郷学園(後期課程)	みずひきちゅうがっこ水引中学校	せんだいみなみちゅうがっこ川内南中学校	せんだいちゅうおうちゅうがっこ川内中央中学校
1位 握りパン	1位 握りパン	1位 メロンパン	1位 ヤンニヨムチキン	1位 握りパン	1位 握りパン
2位 メロンパン	2位 メロンパン	2位 握りパン	2位 メロンパン	2位 メロンパン	2位 メロンパン
3位 タルト	3位 からあげ	3位 鶏飯	3位 フルーツポンチ	3位 タルト	3位 タルト
4位 カレーライス	4位 ふわっといちご	4位 タルト	4位 握りパン	4位 鶏飯	4位 鶏飯
5位 からあげ	5位 ナン	5位 カレーライス	5位 鶏飯	5位 からあげ	5位 フルーツポンチ

✿リクエストされたメニューは、12月～3月の給食に登場する予定です。

ただし、揚げパンは調理時間などの関係で、学校行事により食数が少なくなる場合にしか提供できませんのでご了承ください。



小麦粉 上白糖 ショートニング イースト 大豆粉 イーストフード
パン粉 植物性たんぱく 植物油脂 魚介エキス 砂糖 しょうゆ 加工でん粉 増粘多糖類
カロマイドシロップ 加工でん粉 増粘多糖類 香料
トマトソース トマト たまねぎ パプリカ 砂糖 白ワイン 大豆油 にんにく 香辛料 クエン酸

パン粉【小麦】
小麦粉 上白糖 ショートニング イースト 大豆粉 イーストフード
鶏肝 でん粉 なたね油 バーム油 しょうゆ 味噌 砂糖 しょうが 魚肉ぶどう糖液糖 アミノ酸等 酒精 にんにく 醸造酢
増粘剤

ウスターーソース
醸造酢 砂糖 たまねぎ トマト にんじん 香辛料 カラメル色素
米粉のかぼちゃマフィン
豆乳 砂糖 かぼちゃ 米粉 大豆粉 植物油 発酵調味料 加工でんぶん 膨張剤 安定剤 乳化剤 炭酸Ca
ピロリン酸第二鉄 香料 カロチノイド色素

ちくわ
魚肉 でん粉 植物油 砂糖 加工でんぶん ぶどう糖 大豆たんぱく アミノ酸
高菜漬け
キャベツ 鶏肉 豚脂 でんぶん タピオカ えんどう豆たんぱく 砂糖 発酵調味料 ドロマイド かつおぶし しょうが 酵母エキス ガーリック 鉄含有酵母

イタリアンドレッシング

食用植物油脂 醸造酢 砂糖 玉ねぎ 発酵調味料 香味食用油 香辛料 酵母エキスパウダー トマト 酸味料 加工でん粉 キサンタンガム

クリーム(植物性)
大豆

りんごジャム
ホリデキストロース りんご 砂糖 水あめ ベクチニ 酸味料 香料

ホキフライ【小麦】
ホキ 小麦粉 パン粉 でんぶん 大豆たんぱく 青さのり 香辛料 増粘多糖類

ふわっといちご
砂糖 植物油脂 乳製品 ぶどう糖液糖 著色料 いちご でんぶん もち粉 麦芽糖 水あめ コーンスター チ 食物繊維 酸味料 ぶどう糖果糖液糖 粉あめ 乳化剤 こんにゃく粉 増粘剤 セルロース 香料 酸化防止剤 ビタミンC pH調整剤

さつまあげ

魚肉すり身 でん粉 なたね油 砂糖 甘酒 雜酒

ポークフランク
豚肉 タピオカ でんぶん コーンスター チ 砂糖 パパー メース オニオンパウダー ガーリック 発酵調味料

ピザソース
トマトジュース トマトペースト たまねぎ オリーブ油 オレガノ ぶどう糖果糖液糖 砂糖 バジル ガーリック チキンエキス 酸味料 増粘剤 調味料

