



れいわねん

がつこんだてよていひょう

令和7年 12月献立予定表

薩川内市立入来学校給食センター

【問い合わせ】TEL 44-4113



日 (曜)	こんだてめい		おもにエネルギーの もとになる食品	おもに体をつくる もとになる食品	おもに体の調子を 整えるもとになる食品	調味料など	栄養価 エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	かこうしょくひん 加工食品の 原材料等	
1 (月)	① 麦ごはん むぎごはん	② 牛乳 牛乳	③ ポークカレー まめまめ ④ コロコロ豆豆サラダ ⑤ ヨーグルト	①こめ むぎ ③じやがいも ④サラダ'あぶら ④いりごま さとう ノンエッグマヨネーズ	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく ミートボール いんげんペースト ④だいす レンズまめ しろいんげんまめ ⑤ヨーグルト	③にんじん たまねぎ えだまめ りんご にんにく ④にんじん キャベツ ブロッコリー コーン	③カレールウ カレーこ ソース ワイン こしょう ④しょうゆ ブチドリップ	678 862	26.2 31.5	※加工食品の主な材料 及びアレルギー対応に 関係のあるものを掲載 しています。
2 (火)	① 黒糖パン こくとう 黒糖パン	② 牛乳 牛乳	③ トック あお み ④ バナナツ青のり風味	①こくとうパン ③トック サラダ'あぶら ごまあぶら ④バナナツ青のり アーモンド ピーナツ みずあめ さとう	②ぎゅうにゅう ③とりにく とうふ ちゅうかふうづくね ④ローストだいす あおのりこ	③にんじん だいこん はくさい ふかねぎ こだいす もやし しめじ しようが	③しょうゆ さけ とりがらスープ ④しょうゆ みりん	607 760	27.0 32.9	中華風づくね 鶏肉 豚脂 たら でん粉 たまねぎ パン粉 砂糖 植物油脂 しょうゆ 食塩 オイスターソース 香辛料 にんにく 調味料
3 (水)	① 藤本米ごはん ふじもとまい 藤本米ごはん	② 牛乳 牛乳	③ 豚肉と大豆の五目甘辛煮 ふくまく ④ ひじきのピーナツソテー	①ふじもとまい ③じやがいも くろざとう サラダ'あぶら ④ピーナツ いりごま さとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく だいす かごしまのとりにくだんご がんもどき ④ひじき さつまあげ しらすぼし	③こんにゃく にんじん だいこん ごぼう いんげん しようが ににく ④にんじん コーン えだまめ	③しょうゆ さけ みりん あわせだし ④しょうゆ す みりん	627 779	29.0 34.1	鹿児島の鶏肉だんご 鶏肉 たまねぎ にんじん 植物性蛋白 濃粉 砂糖 パン粉 香辛料 食塩 炭酸 Ca
4 (木)	① 米粉入りパン こめこい 米粉入りパン	② 牛乳 牛乳	③ クリームスパゲティ ④ ハニーサラダ ⑤ チョコクリームジャム	①こめこいパン ③オリーブオイル スパゲッティ マーガリン ④はちみつ サラダ'あぶら ⑤チョコクリームジャム	②ぎゅうにゅう ③とりにく ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム とろけるチーズ ④きざみこんぶ	③にんじん たまねぎ ほうれんそう しめじ えのきだけ ににく ④みかん にんじん もやし だいこん キャベツ コーン	③ホワイトルウ ワイン こしょう コンソメ しお とりがらスープ ④しょうゆ しお す こしょう ブチドリップ	627 773	25.5 30.9	チョコクリームジャム 食物繊維 カカオマス ぶどう糖果糖液糖 砂糖 加糖練乳 パン酵母 寒天 乳化剤 香料
5 (金)	① 藤本米ごはん ふじもとまい 藤本米ごはん	② 牛乳 牛乳	③ 根菜ごま汁 じる あ ④ 揚げだし高野豆腐	①ふじもとまい ③さつまいも いりごま すりごま ④さとう でんぶん キャノーラあぶら	②ぎゅうにゅう ③ちくわ むぎみそ とりにく おからパウダー ④こうやどうふ いとかまぼこ	③にんじん だいこん ごぼう こんにゃく はくさい はねぎ ④にんじん こまつな えのきだけ しようが しいたけ	③にぼし あわせだし ④しょうゆ みりん あわせだし	638 795	25.8 30.7	たちうおつみれ 太刀魚 小麦粉 濃粉 リン酸塩 砂糖 食塩 調味料
8 (月)	① 薩摩川内米 せんたいまい ごはん	② 牛乳 牛乳	③ おでん ぶた ④ 豚みそ	①さつませんだいまい ③じやがいも ざらめ ④ピーナツ くろざとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく さつまあげ たちうおつみれ ちくわ あつあげ むすびこんぶ ④ぶたにく むぎみそ ちやうけみそ	③こんにゃく にんじん だいこん いんげん ④にんじん ふかねぎ ごぼう しようが はだいこん	③しょうゆ みりん てんねんだし ④さけ みりん	630 781	28.9 34.5	あじわいプリン 果糖ぶどう糖液糖 砂糖 水飴 豆乳 デキストリン ゲル化剤 炭酸 Ca 着色料 乳化剤 香料 クエン酸鉄 Na 塩化 Mg
9 (火)	① バター ^や パン バター ^や パン	② 牛乳 牛乳	③ すき焼きうどん まめ ④ だいこんと豆のサラダ	①バター ^や パン ③うどん ざらめ サラダ'あぶら ④さとう すりごま ノンエッグマヨネーズ	②ぎゅうにゅう ③ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ さつまあげ ④だいす レッドキドニー	③にんじん はくさい ふかねぎ えのきだけ こだいす もやし ④にんじん だいこん ブロッコリー コーン	③しょうゆ さけ みりん ④しょうゆ ブチドリップ	611 772	27.7 33.9	ミートボール 鶏肉 豚肉 植物性蛋白 たまねぎ パン粉 濃粉 酵母エキス 炭酸 Ca 食塩 香辛料
10 (水)	① 藤本米ごはん ふじもとまい 藤本米ごはん	② 牛乳 牛乳	③ ホワンホワタン ほいこうろう ④ 回鍋肉 ⑤ あじわいプリン	①ふじもとまい ③はるさめ でんぶん ごまあぶら ④さとう でんぶん ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく ハム とうふ たまご ④ぶたにく ⑤あじわいプリン	③にんじん こまつな コーン えのきだけ きくらげ ④にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン しようが ににく	③しょうゆ がらスープ ちゅうかあじ こしょう ④デンメンジヤン しょうゆ さけ トウバンジヤン しお	635 777	27.8 32.7	カクテルゼリー 果糖ぶどう糖液糖 香料 りんご果汁 ぶどう果汁 もも果汁 豆乳 デキストリン 寒天 ビタミン C ゲル化剤 食物繊維 天然色素 酸味料 乳酸 Ca
11 (木)	① コッペパン コッペパン	② 牛乳 牛乳	③ マカロニと豆のケチャップ煮 まめ ④ カラフルポンチ ⑤ キャラメルクリーム	①コッペパン ③マカロニ さとう じやがいも マーガリン サラダ'あぶら ⑤キャラメルクリーム	②ぎゅうにゅう ③ミートボール だいす うずらたまご こなチーズ きんときまめ しろいんげんまめ	③にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ マッシュルーム ④パイ 生地 ティートアロエ りんご カクテルゼリー	③ケチャップ ワイン デミグラスソース コンソメ こしょう がらスープ	647 786	25.3 30.1	ラビオリ 小麦粉 パン粉 たまねぎ 豚肉 食塩 酵母エキス 食用植物油脂 香辛料
12 (金)	① 藤本米ごはん ふじもとまい 藤本米ごはん	② 牛乳 牛乳	③ 真だくさんみそ汁 しる あ ④ 揚げレバーの甘辛ナツツ和え そくせきづ ⑤ 即席漬け	①ふじもとまい ③さといも さつまいも ④ピーナツ アーモンド さとう でんぶん キャノーラあぶら ⑤ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③あつあげ むぎみそ わかめ おからパウダー ④ぶたレバー ⑤きざみこんぶ	③にんじん だいこん こまつな えのきだけ ④ににく しようが ⑤にんじん はくさい ブロッコリー	③にぼし あわせだし ④しょうゆ さけ みりん ⑤ブチドリップ そくせきづけのもと	636 791	26.0 30.7	メンチカツ 豚肉 パン粉 キャベツ たまねぎ 濃粉 食塩 砂糖 チキンコンソメ 香辛料 大豆粉 増粘剤
15 (月)	① 薩摩川内米 せんたいまい ごはん	② 牛乳 牛乳	③ 家常豆腐 じやおじんどう ふ ④ もやしとわかめのナムル	①さつませんだいまい ③さとう でんぶん ごまあぶら ④はるさめ さとう すりごま ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく こうやどうふ とりにく だいす あかみそ あつあげ むぎみそ ④わかめ	③にんじん グリンピース たまねぎ しあわせ とりにく だいす あかみそ あつあげ むぎみそ ④にんじん キャベツ コーン ほうれんそう こだいす もやし	③ちゅうかあじ さけ こしょう トウバンジヤン す トウバンジヤン しようゆ ブチドリップ	625 778	26.7 31.5	《食育の日》 毎月、19日前後に、 日本の伝統食である 和食献立を計画します。 今月は19日です。
16 (火)	① ミルクパン ミルクパン	② 牛乳 牛乳	③ お芋DEほうとう やさい ④ ツナと野菜のマヨ炒め	①ミルクパン ③やせうまふうめん さつまいも サラダ'あぶら ④いりごま サラダ'あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	②ぎゅうにゅう ③とりにく さつまあげ ④かつおフレーク ハム	③にんじん はくさい はねぎ ごぼう しめじ こだいす もやし ④にんじん たまねぎ こまつな コーン アスパラガス	③しょうゆ さけ みりん てんねんだし ④しょうゆ こしょう	606 761	27.4 33.6	いわしのおかか煮 鰯 しょうゆ 本みりん 砂糖 濃粉 鰯節 食塩
17 (水)	① ごはん ごはん	② 牛乳 牛乳	③ ラビオリと麦のスープ わぎ ④ ドライカレー	①こめ ③むぎ じやがいも ごまあぶら ④さとう サラダ'あぶら	②ぎゅうにゅう ③ラビオリ とうふ ぎゅうにゅう とりにく いんげんペースト ④ドライカレー	③にんじん だいこん こまつな コーン しめじ ④にんじん たまねぎ グリンピース ににく	③しょうゆ コンソメ しお とりがらスープ ④カレールウ カレーこ ソース ワイン こしょう	617 772	25.9 30.9	コーンしゅうまい コーン たまねぎ 豚脂 砂糖 魚肉身 濃粉 豆乳 香辛料
18 (木)	① サンドパン サンドパン	② 牛乳 牛乳	③ ポタージュスープ ④ メンチカツバーガー ^{（メンチカツ、やさい、ケチャップ、小中スライスチーズ）}	①コッペパン ③じやがいも マーガリン めこめ サラダ'あぶら ④キャノーラあぶら	②ぎゅうにゅう ③ウインナー ぎゅうにゅう とうふ いんげんペースト ④メンチカツ スライスチーズ	③にんじん たまねぎ チングンサイ コーン しめじ マッシュルーム ④にんじん キャベツ	③ポタージュ コンソメ ワイン こしょう とりがらスープ ④ケチャップ	657 800	26.0 31.0	杏仁豆腐 還元濃粉糖化物 牛乳 砂糖 粉末寒天 ケン酸 増粘剤多糖類 酸化防止剤 杏仁フレーバー 甘味料
19 (金)	① 薩摩川内米 せんたいまい ごはん	② 牛乳 牛乳	③ さつま汁 じる に ④ いわしのおかか煮 に ⑤ そえやさいいため	①さつませんだいまい ③じやがいも サラダ'あぶら ⑤はるさめ いりごま さとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく あつあげ だいす むぎみそ おからパウダー ④いわしのおかかに ⑤しらすぼし	③にんじん だいこん ごぼう はねぎ ⑤にんじん キャベツ こまつな もやし	③にぼし あわせだし ⑤しょうゆ	603 755	26.1 31.4	ハッピーケーキ (ショコケーキ) 乳又は乳製品を主要原料 とする食品
22 (月)	① 藤本米ごはん ふじもとまい 藤本米ごはん	② 牛乳 牛乳	③ かぼちゃ入り五目煮 に ④ コーンしゅうまい2こ、幼1こ こ ⑤ はくさいの昆布和え	①ふじもとまい ③じやがいも ざらめ サラダ'あぶら ⑤いりごま さとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく ミートボール うずらたまご こなチーズ ひよこまめ レンズまめ レッドキドニー ⑤おふきこんぶ	③にんじん だいこん かぼちゃ ごぼう いんげん しあわせ あつあげ こうやどうふ ④コーンしゅうまい ⑤おふきこんぶ	③しょうゆ さけ みりん てんねんだし ⑤しょうゆ ブチドリップ	630 776	27.8 32.4	砂糖 液全卵 小麦粉 チョコレート 水飴 ココアパウダー 植物油 蒟蒻加工品 加工濃粉 乳化剤 膨張剤 炭酸 Ca かから色素 香料 安定剤
23 (火)	① 食パン 食パン	② 牛乳 牛乳	③ ピーンズブラウンシチュー ^{（あんにん）} ④ フルーツ杏仁パンチ ⑤ ハッピーケーキ	①しょくパン ③ピーナツ ブラウンシチュー さとう マーガリン サラダ'あぶら ⑤ハッピーケーキ	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく ミートボール うずらたまご こなチーズ ひよこまめ レンズまめ レッドキドニー ④あんにんどうふ	③にんじん たまねぎ えだまめ ににく マッシュルーム ④みかん パイン もも りんご ナタデココ	③デミグラスソース ピーフシチュー ワイン がらスープ	627 769	26.8 32.1	入来学校給食 センターHP
24 (水)	① 藤本米ごはん ふじもとまい 藤本米ごはん	② 牛乳 牛乳	③ 豆乳スープ煮 に ④ みそじゃこナッツ	①ふじもとまい ③さつまいも マロニー カシューナッツ さとう ピーナツ いりごま みずあめ ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ちゅうかふうづくね うずらたまご あつあげ とうにゅう ④いりこ むぎみそ	③にんじん はくさい ふかねぎ しめじ こだいす もやし	③しょうゆ コンソメ ワイン ④しょうゆ みりん	663 823	28.1 33.3	QRコード