

令和7年度



12月分 給食献立表

大田区立志茂田小学校

| 日 | 曜 | 献立 | 栄養量(中学年) | |
|----|---|--|---------------|-----------|
| | | | エネルギー kcal | たん白質 g |
| 1 | 月 | ごはん ぎゅうにゅう さかなのこうみやき とんじる ぶどうゼリー | 625 | 26.7 |
| 2 | 火 | かんこくふうやきとりどん ぎゅうにゅう たまごいりチゲスープ | 594 | 26.1 |
| 3 | 水 | あんかけやきそば ぎゅうにゅう だいずとこざかなのかわりあげ | 646 | 30.3 |
| 4 | 木 | しせんだうふどん ぎゅうにゅう ワンタンスープ くだもの | 589 | 24.4 |
| 5 | 金 | チーズミートドック ぎゅうにゅう ポトフ ツナサラダ | 503 | 25.3 |
| 8 | 月 | おやこどん ぎゅうにゅう かわりきんぴら みそしる | 626 | 29.1 |
| 9 | 火 | ビスキュイパン ぎゅうにゅう レンズマメのシチュー カリカリじゃこサラダ | 609 | 26.3 |
| 10 | 水 | ごはん ぎゅうにゅう さかなのねぎソースかけ おかかあえ みそけんちんじる | 580 | 26.7 |
| 11 | 木 | ♪12月バースデー給食♪ | | |
| | | スパゲティマトソース のむヨーグルト にんじンドレッシングサラダ りんごのケーキ | 644 | 20.5 |
| 12 | 金 | カレーライス ぎゅうにゅう わかめサラダ くだもの | 666 | 19.7 |
| 15 | 月 | ごまじゃこごはん ぎゅうにゅう すきやきふうに だいこんサラダ | 591 | 25.1 |
| 16 | 火 | ツナチーズトースト ぎゅうにゅう ボルシチ もやしのサラダ | 580 | 27.7 |
| 17 | 水 | わかめごはん ぎゅうにゅう きりぼしだいこんのたまごやき こんさいじる | 575 | 24.6 |
| 18 | 木 | ふたキムチどん ぎゅうにゅう はるさめスープ くだもの | 611 | 23.3 |
| 19 | 金 | ごはん のりのつくだに ぎゅうにゅう ふたにくとだいこんのべっこうに ちぐさあえ | 578 | 22.1 |
| 22 | 月 | ♪冬至給食♪ | | |
| | | とうじうどん ぎゅうにゅう さかなとれんこんのふうみあげ くだもの | 595 | 29.1 |
| 23 | 火 | ごはん ぎゅうにゅう にこみふうハンバーグ チーズポテト きのかスープ | 648 | 26.2 |
| 24 | 水 | ♪クリスマス給食&セレクト給食♪ | | |
| | | ミルクパン セレクトドリンク ロックチキン コーンサラダ トマトスープ | 604 | 29.5 |



もうすぐふゆやすみ!まいにち、はやね・はやおき・あさごはんを心がけよう♪