

12月分予定献立表

登別市学校給食センター(令和7年)

月		火		水		木		金		
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	
1 ごはん	小 中 646Kcal 773Kcal	2 (袋入り) スパゲティ	小 中 741Kcal 860Kcal	3 ごはん	小 中 651Kcal 749Kcal	4 スライスパン	小 中 557Kcal 587Kcal	5 ごはん	小 中 616Kcal 704Kcal	
まーぼー どう ふ 麻婆豆腐	冷凍豆腐■ 豚肉 さやいんげん■ 長ねぎ しょうが■ にんにく■ 味噌■ 浓口醤油■ 甜麺醤■ 清酒■ オイスターソース■ 砂糖■ 濃粉■ 豆板醤■ 清湯スープ■ ごま油■ こしょう白■ 天日塩■	クリーム スパゲティ	ベーコン(大豆・豚肉)▽ 人参 玉ねぎ スイートコーンホール■ ほうれん草 たまご 草水煮■ ソテーオニオン■ 生クリーム(乳)▽ 牛乳 シュレッドチーズ■ ベシャメールソースフレーク■ スープストック■ 脱脂粉乳■ チキンコンソメ■ こしょう白■ 天日塩■ じゃがいも ドレッシング(大 豆・小麦・卵・乳) 人参 玉葱 砂糖 マスター(りんご) 食塩 酵素(大豆) 食品素材(鮭) 調味料(アミノ酸)	とり 鶏ごま味噌鍋	ノンフライつくね(鶏肉)▽ 清酒■ キャベツ 冷凍豆腐■ ダイスジャガ芋■ 長ねぎ 人参 しょうが■ かつおエキス■ みりん■ 削り節■ 混合削り節■ 白すりごま■ 味噌■ 白こし味噌■ だし昆布	カレーポトフ	じゃがいも4つ割■ ベーコン(大豆・豚肉)▽ ウインナー(鶏肉・豚肉)▽ キャベツ 玉ねぎ 人参 にんにく■ スープストック■ チキンコンソメ■ カレーパウダー■ こしょう白■ 天日塩■	すい 水ぎょうざ スープ	水ぎょうざ(小麦・大豆・豚肉・ 鶏肉・ごま)▽ 人参 もやし 長ねぎ カットわかめ■ ぶなしめじ水煮■ しょうが■ にんにく■ 塩ラーメンスープ■ 濃口醤油■ 清酒■ みりん■ こしょう白■	
チャブチエ	春雨 小松菜 赤ピーマン たけのこ水煮 植物油脂(ごま 大豆) 人参 醤油(小麦 大豆) 牛肉 砂糖 オイスターソース コチュジャン(小麦) チキンエキス(鶏肉) ごま 食塩 ポークエキス(豚肉) 酵母エキス調味料(小麦・大 豆) ガーリックペースト(大豆) 魚介エキス 酵母エキス 黒こしょう	ポテトサラダ	マカロニ(小麦) ドレッシング(小麦・卵・乳・大 豆) にんじん 粉末水あめ 砂糖 食塩 酿造酢 食用植物油脂 増粘剤(加工デンプン・増粘 多糖類) 調味料(アミノ酸) 酵素(大豆) 香辛料抽出物	さんまの レモン醤油煮	マカロニ サラダ	いちごジャム	食物繊維 いちご 砂糖	力ミカミ タコメンチ	醤すり身 キャベツ たこ 濃粉 砂糖 食塩 発酵調味料 紅生姜 アオサ粉 バン粉 小麦粉 大豆蛋白 とうろこし濃粉 菜種油脂 揚げ油	
8 ごはん	小 中 631Kcal 744Kcal	9 (袋入り) ラーメン	小 中 843Kcal 943Kcal	10 ごはん	小 中 581Kcal 664Kcal	11	小 中 565Kcal 672Kcal	12 ごはん	小 中 713Kcal 813Kcal	
ひつつみ	すいとん(小麦)▽ ごぼう 鶏肉 人参 長ねぎ 大根 清酒■ 濃口醤油■ 混合削り節■ だし昆布 みりん■	ジャージャー 麺	豚肉 人参 長ねぎ たけのこ水煮■ しょうが■ にんにく■ オイスターソース■ 味噌ラーメンスープ■ 豆みそ■ 味噌■ 清酒■ 甜麺醤■ 砂糖■ 濃粉■ 濃口醤油■	アイヌ料理	鮭 天日塩■ 清酒■ ダイスジャガ芋■ 大根 人参 ごぼう 角切り昆布 しょうが■ だし昆布 かつおエキス■	黒砂糖パン	小麦粉 食塩 イースト 脱脂粉乳 ショートニング 無塩マーガリン 鶏卵 黒砂糖	なべ キムチ鍋	トック▽ 豚肉 人参 長ねぎ 国産ぶなしめじ水煮■ 冷凍豆腐■ キムチ▽ スープストック■ 清湯スープ■ 味噌ラーメンスープ■ 清酒■ にんにく■ 白すりごま■	
生姜焼き	豚肉 醤油(小麦・大豆) しょうがベースト みりん 清酒 砂糖 ソテーオニオン みそ(大豆) ニンニクベースト レモン濃縮果汁 粉末状混合調味料(小麦・大 豆・鶏肉) たん白加水分解物(豚肉) 調味料(アミノ酸)	荒挽 肉シューまい 【2個】	豚肉 玉ねぎ 長ねぎ しゅうまいの皮(小麦) 醤油(大豆・小麦) でん粉 魚肉すり身(タラ) 砂糖 生姜 卵 食塩 植物油脂(大豆・菜種・ごま) 醸造酢(小麦) 香辛料 加工デンプン 調味料(アミノ酸等)	こんさい 根菜入り 平つくね	鶏肉 ごぼう 玉ねぎ れんこん 里芋 豚脂 でん粉 粉末状大豆たん白 砂糖 しょうゆ(大豆・食塩) ドロマイト 食塩 食物繊維 発酵調味料 こんにゃく粉 香辛料 果糖ぶどう糖液糖 酵母エキス カツオブシエキス 加工でん粉	はくさい 白菜と肉団子の スープ	ミートボール(鶏肉)▽ 人参 長ねぎ 白菜 干しいたけスライス■ 緑豆春雨■ にんにく■ 塩ラーメンスープ■ 濃口醤油■ しょうが■ 清酒■ みりん■ こしょう白■ ごま油■	よくかみましょう。	ささみチーズ フライ	鶏肉 プロセスチーズ(乳) チキンエキス(鶏肉) 塩こしょう(小麦・大豆) 卵白粉(卵) 調味料製剤 パン粉(小麦・大豆) バッターミックス でん粉(大豆) 食塩 コーンフラワー 調味料(アミノ酸) 揚げ油
						パンプキン アンサンブル エッグ				

よくかみましょう。

よくかみましょう。

12月分予定献立表

登別市学校給食センター(令和7年)

月		火		水		木		金		
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	
15 ごはん	小 中 618Kcal 703Kcal	16 (袋入り) うどん	小 中 553Kcal 625Kcal	17 ごはん	小 中 614Kcal 709Kcal	18 コッペパン	小 中 738Kcal 860Kcal	19 ごはん	小 中 659Kcal 754Kcal	
こまつな 小松菜とえのき の味噌汁	冷凍豆腐■ 小松菜 長ねぎ 人参 冷凍刻み揚げ■ 削り節■ えのき だし昆布 混合削り節■ 味噌■	わかめうどん	鶏肉 カットわかめ■ 冷凍刻み揚げ■ 人参 長ねぎ 焼き竹輪 ■ 混合削り節■ だし昆布 みりん■ 薄口醤油■ 濃口醤油■	はつぼうさい 八宝菜	豚肉 うずら卵■ 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ水煮■ さやいんげん■ しょうが■ 砂糖■ 濃口醤油■ 清酒■ シャンタン■ 天日塩■ 濃粉■ ごま油■ こしょう白■	シチュー	ベーコン(大豆・豚肉)▽ 玉ねぎ 人参 牛乳 ダイスジャガ芋■ スーストック■ チキンコンソメ■ 天日塩■ こしょう白 脱脂粉乳■ ベシャメルソースフレーク■ ハイメイズホワイトソース■	和食の日 もずく入り 味噌汁	もずく 冷凍豆腐■ 人参 長ねぎ 豚肉 削り節■ 混合削り節■ だし昆布 味噌■	
さばのまろやか 醤油煮	さば 砂糖 醤油(大豆・小麦) 水あめ りんごピューレ 加工でん粉 増粘多糖類	もちいなり	餅粉 油揚げ(大豆) 醤油(小麦・大豆) 砂糖 でん粉(トウモロコシ) 発酵調味料 ドロマイト 食塩 カツオブシエキス 昆布エキス 酵母エキス(小麦)	肉だんご 【2個】	鶏肉 玉ねぎ 豚脂 粒状植物性たん白(大豆) パン粉(小麦) 粉末状植物性たん白(大豆) ぶどう糖 食塩 香辛料 揚げ油(大豆) 加工デンブン ドロマイト キシロース 調味料(アミノ酸) 還元水あめ しょうゆ(小麦・大豆) 砂糖 穀物酢 トマトケチャップ	ハンバーグ サンタさんの チョコケーキ	鶏肉 玉ねぎ 豚脂 粒状植物性たん白(大豆) パン粉(小麦) 粉末状植物性たん白(大豆) ぶどう糖 食塩 香辛料 揚げ油(大豆) 加工デンブン ドロマイト キシロース 調味料(アミノ酸) 還元水あめ しょうゆ(小麦・大豆) 砂糖 穀物酢 トマトケチャップ 【代】クリスマス イチゴのモンブラン	あじフライ 小袋ソースがつきます	あじ パン粉(小麦・大豆) 小麦粉 食塩 揚げ油	
あまのり 佃煮	醤油(小麦・大豆) 水飴 砂糖 あまのり ひとえぐさ でん粉 青のり はちみつ 膠原エキス かきエキス 酵母エキス	冬至	23 (袋入り) ラーメン	小 中 547Kcal 620Kcal	24 ごはん	小 中 715Kcal 845Kcal	25 コッペパン	小 中 584Kcal 688Kcal	きんぴらごぼう	
かぼちゃ 団子汁	南瓜団子▽ 鶏肉 冷凍豆腐■ ごぼう 大根 人参 長ねぎ 混合削り節■ だし昆布 濃口醤油■ みりん■ 天日塩■	よくかみましょう。	醤油ラーメン	人参 うずら卵■ もやし 長ねぎ くきわかめ にんにく■ 焼豚(豚肉・小麦・大豆)▽ 清湯スープ■ 醤油ラーメンスープ■ こしょう白■	ポパイカレー	鶏肉 人参 玉葱 ダイスジャガ芋■ ソテーオニオン■ ほうれん草■ 牛乳 脱脂粉乳■ にんにく■ トマトケチャップ■ ウスターーソース■ スーストック■ デミグラスフレーク■ ディナーカレー■ バーモントカレーフレーク■ りんごピューレ■ カレーパウダー■	ラビオリ入り ミネストローネ	人参 ポークラビオリ▽ ベーコン(大豆・豚肉)▽ ぶなしめじ水煮■ 玉ねぎ ダイスジャガ芋■ トマトダイスカット■ さやいんげん■ チキンコンソメ■ 天日塩■ にんにく■ 乾燥バセリ■ こしょう白■ スーストック■	<はしマークについて> はしマークの日は、はしを使ったほうがよいお かずがある時に付けています。はしをもってき てください。	ごぼう 人参 砂糖 醤油(大豆・小麦) 発酵調味料 植物性油脂(ごま・大豆) 清酒 いりごま 食塩 昆布調味液 一味唐辛子 調味料(アミノ酸等)
いわしの ゆず味噌煮	いわし 味噌(大豆) みりん 砂糖 ゆず 米でん粉	いわしの ゆず味噌煮	磯華卵焼き	鶏卵 かつおだし(小麦) 砂糖 にんじん 還元水あめ みりん 米でん粉 食塩 生姜酢漬 青のり しょうゆ(小麦・大豆) 酵母エキス 植物油(大豆) 酸味料	ごぼうサラダ	ごぼう にんじん ごま 砂糖 醤油(小麦・大豆) 植物油脂(ごま・大豆) 食塩 醤油 鶏卵 米発酵調味料 しいたけエキス 調味料(アミノ酸)	照り焼き チキン	鶏肉 発酵調味料 醤油(小麦・大豆) 上白糖 カラメル	※年間・月間使用食材等一覧表は、給食センターのホー ムページをご覧ください。 ■ 年間使用食品一覧表 ○ 月間調味料一覧表 ▽の加工品は別紙分析表 こちらから見ることができます→	
2 朝食を せずに		3 すべての人に 健康と福祉を		<12月の平均栄養		4 アレルギー物質を表記しています。		<お知らせ> ※牛乳は毎日きます。乳アレルギーの場合…牛乳 の代わりに緑茶がきます。 ※デザートの一部は、代替品を用意します。 ※材料名横の()内にアレルギー物質を表記して いますが、原材料名と同じ名称の場合は省略していま す。 ※めん類の同一製造ラインにおいて、卵・そば・大 豆・ごまを含んだ食品を扱っています。 ※骨なし魚は使用していません。(魚には骨がありま す。) ※都合により、献立が一部変更になることがあります ので、ご了承ください。		
(単位)	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)						
小学校	641	27.2	18.9	2.7						
中学校	738	30.8	20.7	3.2						