



令和7年12月学校給食献立表

柳井市立学校給食センター TEL(0820)22-1312

日曜	こんだて	あか		みどり		おもなざいりょう		きいろ		おもにエネルギーのもとになる		エネルギー kcal	食塩相当量 (g) たんぱく質 (g) 上段:小 下段:中	
		おもにからだをつくる		おもにからだの調子をととのえる										
		たんぱくしつ	むきしつ	カロテン	ビタミンC	たんすいかぶつ	ししつ	小	中					
1月	むぎごはん 	いわしのしょうがに キャベツのしおこんぶあえ けんちんじる	いわし こんぶ とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう こんぶ にんじん ねぎ	しょうが キャベツ だいこん ごぼう	★こめ むぎ さとう でんぶん さとう さといも あぶら		631 22.6	718 25.0	1.8 2.3				
2火	むぎごはん 	ぶたにくとだいこんのオイマヨいため やさいつみれじる	ぶたにく やさいつみれ	ぎゅうにゅう わかめ にんじん ねぎ	にんじん ねぎ たまねぎ	★こめ むぎ さとう たまねぎ		604 21.8	712 25.6	1.9 2.3				
3水	コッペパン 	ミートソーススパゲッティ キャベツのゆずきちサラダ	ぶたにく だいば にんじん ねぎ	ぎゅうにゅう にんじん キャベツ	たまねぎ グリンピース マッシュルーム にんにく	こめこパン スパゲッティ さとう	オリーブオイル	587 24.6	752 30.9	1.9 2.5				
4木	むぎごはん 	いわしのてんぷら ぶたじる みかん	いわし ぶたにく なまあげ みそ	ぎゅうにゅう にんじん ねぎ みかん	にんじん トマト ごぼう みかん	★こめ むぎ こむぎ でんぶん さといも こんにゃく		695 24.9	819 29.5	1.5 1.8				
5金	むぎごはん 	タコライスそぼろ もずくスープ	ぎゅうにく ぶたにく だいば とりにく とうふ	ぎゅうにゅう もずく	にんじん トマト にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ しろねぎ		★こめ むぎ さとう でんぶん		627 25.1	741 29.9	1.7 1.9		
8月	むぎごはん 	れんこんのカレーきんぴら けんちょう	さつまあげ とりにく とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	れんこん だいこん	★こめ むぎ さとう さといも こんにゃく さとう		601 22.4	707 26.7	1.8 2.3			
9火	わかめごはん 	かやくうどん キャベツのじゃこいため	あぶらあげ かまぼこ しらすぼし	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん	たまねぎ しいたけ キャベツ もやし	★こめ むぎ さとう うどん さとう		549 18.2	669 21.3	2.9 3.5			
10水	コッペパン 	ミートボールのクリームに ツナサラダ	ミートボール まぐろみずに	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にんじん こまつな	はくさい たまねぎ キャベツ とうもろこし	こめこパン さつまいも マーチャリ		616 24.8	762 30.1	2.6 3.2			
11木	むぎごはん 	まーぼーだいこん ささみのちゅうかあえ	ぶたにく とうふ みそ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん にら	だいこん たまねぎ もやし キャベツ	★こめ むぎ さとう でんぶん さとう ごまあぶら ごまあぶら ごま		615 25.1	724 30.1	2.0 2.3			
12金	むぎごはん 	ぶたにくのチャプチエ キャベツときょうざのスープ	ぶたにく ぎょうざ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	たまねぎ しろねぎ キャベツ たまねぎ	★こめ むぎ はるさめ さとう はるさめ ごまあぶら		636 21.2	751 25.0	1.6 2.1			
15月	むぎごはん 	ごもくたまごやき きりぼしだいこんのあまずあえ はるさめスープ	たまご にんじん ほうれんそう やきぶた とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん グリンピース にんじん ほうれんそう にんじん ねぎ	たけのこ とうもろこし きりぼしだいこん ★きくらげ	★こめ むぎ さとう でんぶん さとう ごま はるさめ		638 25.1	740 28.7	1.8 2.0			
16火	むぎごはん 	にこみおでん のりじゃこあえ ステイックなつとう	とりにく がんもどき なまあげ しらすぼし のり だいす	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ほうれんそう うめ	だいこん キャベツ さといも こんにゃく さとう	★こめ むぎ さとう ごま さとう さとう		651 29.1	755 34.1	1.9 2.5			
17水	コッペパン 	チリコンカン ABCスープ	ぶたにく きんときまめ べーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	たまねぎ マッシュルーム	こめこパン さとう マカロニ		600 27.0	741 33.0	2.6 3.3			
18木	むぎごはん 	ぶたにくとたけのこいためもの だまこもちじる りんご	ぶたにく さつまあげ あぶらあげ にんじん ねぎ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ もやし	★こめ むぎ たけのこ えだまめ ごぼう だいこん はくさい だまこもち ジャガイモ りんご		627 22.2	732 26.1	1.4 1.6			
19金	むぎごはん 	ポークカレー フルーツミックス	ぶたにく とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ グリンピース もも パインアップル	★こめ むぎ じやがいも ゼリー		684 21.4	811 25.0	1.8 2.2			
22月	むぎごはん 	冬至こんだて チキンチキンれんこん かぼちゃのみそしる かみんぐ30元	とりにく なまあげ みそ わかめ	ぎゅうにゅう	にんじん かぼちゃ ねぎ	れんこん たまねぎ えのきたけ うめ	★こめ むぎ でんぶん さとう あぶら		649 23.4	772 27.9	1.6 1.9			
23火	はなやか ライス 	クリスマスこんだて ハンバーグデミグラスソース はくさいのスープ クリスマスケーキ	ぎゅうにゅう	ひろしまな きょうな にんじん かぼちゃ ほうれんそう	だいこんば とうもろこし うめ	★こめ むぎ さとう あぶら		710 24.6	814 27.2	3.0 3.6				
24水	コッペパン 	キャベツとベーコンのソテー ミネストローネ	とりにく だいす	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ たまねぎ	こめこパン じやがいも マカロニ さとう		597 24.1	736 29.4	2.3 2.8			

※材料の都合により、献立を変更することがあります。

●学校給食では地産地消をすすめています。

・材料の太字は山口県産、★は柳井市産です。

・米は柳井市産の「きぬむすめ」、麦は山口県産の押麦を使用します。



・山口県産とうふの大豆は「サチュタカ」を使用します。
・米粉パンの小麦粉は、「せときらら」という小麦から作られます。



柳井市産の
新米です



毎日!

・はしは毎日持ってきましょう。
・②のしるしのある日は、スプーンがつきます。

スプーンがつく日は、料理のすべてをスプーンで食べるということではなく、献立内容に合わせて、持参したはしとスプーンの両方を使う場合があります。