



# 令和7年12月 中学校給食予定献立表

(太子町教育委員会・太子町学校給食会)  
No. 128



## 【12月分平均栄養量】

	エネルギー kcal	しつ たんぱく質 %	しつし 脂質 %	カルシウム mg	てつ 鉄 mg	ビタミン			
						A $\mu\text{gRAE}$	B1 mg	B2 mg	C mg
がっこうあゆうしょくじゅん 学校給食摂取基準	830	13～20 ※1	20～30 ※2	450	4.5	300	0.50	0.60	35
12月分 平均栄養量	746	17.3	24.5	452	4.2	332	0.62	0.64	33

※1 摂取エネルギー全体のたんぱく質の割合13%～20%

※2 摂取エネルギー全体の脂質の割合20%～30%



※**大字**は地産地消の食材です。

※食材入荷や調理の都合により、やむを得なく献立が  
変更となる場合がありますのでご了承ください。

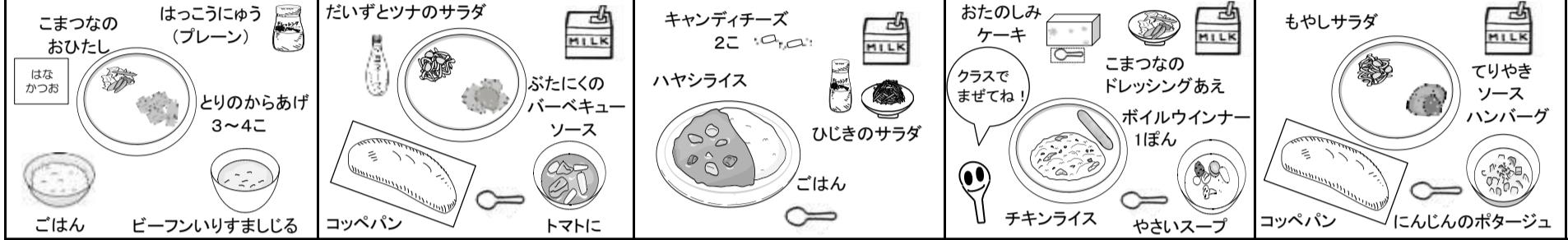
※ちりめんじやこ・小魚・海藻類には  
えび・かにが混入している場合があります。

きゅうようしょく か た  
※給食はよく噛んでゆっくり食べましょう！

※魚には「骨」があります。気をつけて食べましょう。



15(月)	ごはん	はっこうにゅう (プレーン)	16(火)	コッペパン	ぎゅうにゅう	17(水)	ごはん	ぎゅうにゅう	18(木)	ぎゅうにゅう	19(金)	コッペパン	ぎゅうにゅう	
ビーフンいり すまじる	とりのからあげ		トマトに	ぶたにくの バーベキュー		ハヤシライス	ひじきのサラダ		やさいスープ	チキンライス	にんじんの ポタージュ	てりやきソース ハンバーグ		
とりにく	50 (あ)		ミートボール	30 (あ)		ぶたにく	25 (あ)	ひじき	0.8 (あ)	とりにく	10 (あ)	こめ	65 (き)	
かまぼこ	10 (あ)	しょうが 0.8 (み)	じゃがいも	40 (き)	ソース	じゃがいも	35 (き)	あぶらあげ	3 (あ)	じゃがいも	30 (き)	チキンライスのもと	20	
ビーフン	5 (き)	こいくちしようゆ	たまねぎ	35 (み)	ぶたにく	たまねぎ	60 (み)	にんじん	10 (み)	たまねぎ	30 (み)	とりにく	20 (あ)	
にんじん	5 (み)	さとう	にんじん	15 (み)	たまねぎ	にんじん	20 (み)	ホールコーン	3 (み)	にんじん	15 (み)	たまねぎ	20 (み)	
はくさい	30 (み)	りょうりしゅ 0.8	トマト(かん)	15 (み)	しょうが	にんにく	0.1 (み)	むきえだまめ	3 (み)	とりがらスープ	3.5	にんじん	5 (み)	
けずりぶし	2	でんぷん 10 (き)	むきえだまめ	3 (み)	にんにく	0.02 (み)	とりがらスープ	1	さとう	0.4 (き)	うすぐちしようゆ	1.5	しお	0.1
だしこんぶ	0.3	あげあぶら	にんにく	0.05 (み)	しお	0.2	トマトケチャップ	5	こいくちしようゆ	0.5	しろワイン	1	こしょう	0.02
うすぐちしようゆ	3.5		とりがらスープ	3	こしょう	0.01	トマトピューレ	4 (み)	りょうりしゅ	0.5	しお	0.35	バブリカ(こな)	0.05
りょうりしゅ	1		こいくちしようゆ	2	りんごピューレ	2 (み)	ウスターソース	0.5	ドレッシング クラス!ほん (き)		こしょう	0.02	あかワイン	2
みりん	1		さとう	1.5 (き)	こいくちしようゆ	2.5	のうこうソース	0.5	(わふう)		トマトケチャップ	8	トマトケチャップ	8
しお	0.2		トマトピューレ	1 (み)	りょうりしゅ	1.5	あかワイン	1			あぶら	0.2 (き)	こまつな	おたのしみ
こまつな	25 (み)		しお	0.1	さとう	1.5 (き)	しお	0.05	キャンディチーズ				こまつな	おたのしみ
おひたし			こしょう	0.02	でんぷん	0.3 (き)	こしょう	0.03					にんじん	ケーキ
こまつな	25 (み)		あぶら	0.2 (き)	キャンディチーズ	2 (こ) (あ)	あぶら	0.2 (き)					こまつな	おたのしみ
にんじん	5 (み)		こめこハヤシルウ①	8 (き)			こめこハヤシルウ②	7 (き)					にんじん	ケーキ
けずりぶし	0.5												こまつな	おたのしみ
だしこんぶ	0.1												にんじん	ケーキ
うすぐちしようゆ	1.3												こまつな	おたのしみ
エネルギー	1												こまつな	おたのしみ
たんぱく質	2.0												にんじん	ケーキ
脂質	0.2												こまつな	おたのしみ
カロリー	780	29.7	21.1										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0										こまつな	おたのしみ
はなかつお	クラス!ふくろ (あ)												こまつな	おたのしみ
マヨネーズ	779	39.3	28.0											



This image is a school lunch menu for December 2025 (Reiwa 7th year). The top half features a large title "学校給食だよい" (School Lunch) and a date "12月22日" (December 22nd). A speech bubble on the right says "12月の給食に使用する「だいこん」、「あおねぎ」は太子町で作られたものです♪". Below the title is a circular graphic with two children and a cat, containing text about the winter solstice. The bottom half shows various food items with their names in Japanese and English, including kabocha squash, sweet potato, and udon. There are also sections for "yuzu bath" and "yuzu juice". A small illustration of a child eating is at the bottom.

れいわ ねん がつ  
令和7年12月 がっこうきゅうしょく  
たいしちょう 太子町 学校給食だよ!

かつ きゅうしょじょう  
12月の給食に 使用する  
**「だいこん」、「あおねぎ」は**  
たいしちょうつく  
**太子町で作られたものです♪**

「ん」のつく食べ物で「運」を呼び込もう！

