



2025年度 12月学校給食献立表

まっさかしほくぶがっこうきゅうしょくセンター
 しょうがっこう
 小学校（たけっピーランチ）

にち 日	ようび 曜日	こ ん だ て め い 献立名	し ょ く ひ ん め い 食品名			きじゅんりょうちゅうがく(中学年) 基準量	
			おもに体をつくるもとになる (あか)	おもに体の調子を整える (みどり)	おもにエネルギーのもとになる (き)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1	月	むぎいりごはん ぎゅうにゅう	ぶたにくとあつあげのみそいため パンサンスー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 あつあげ、みそ、ツナ	にんじん、キャベツ、たまねぎ、 たけのこ、しょうが、ねぎ、 きゅうり、もやし	こめ、むぎ、さとう、あぶら、 はるさめ、ごま	551 21.4
2	火	＜福岡県の郷土料理＞「がめ煮」は、お正月やお祭り、結婚式などのお祝い事のときによく作られる料理です。					
		むぎいりごはん ぎゅうにゅう	きびなごのかかりフライ はくさいのしそあえ がめに 	ぎゅうにゅう、きびなご、 とりにく	はくさい、れんこん、にんじん、 ごぼう、しいたけ	こめ、むぎ、あぶら、さといも、 こんにやく、さとう	549 19.9
3	水	コッペパン ぎゅうにゅう	かじきのきみやき わふうポトフ りんご	ぎゅうにゅう、かじき、たまご、 ウィンナー	こまつな、にんじん、たまねぎ、 だいこん、セロリー、りんご	パン、ノンエッグマヨネーズ、 さつまいも	559 24.4
4	木	むぎいりごはん ぎゅうにゅう	ポークカレー だいこんとわかめのサラダ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 わかめ、ツナ	しょうが、にんにく、セロリー、 たまねぎ、にんじん、きゅうり、 だいこん、とうもろこし	こめ、むぎ、あぶら、じゃがいも、 こむぎ、さとう	609 20.9
5	金	ちやちやもランチ(嬉野の小松菜、三雲のたまご、松阪牛を使った給食です。)					
		まつさかうしの あじごはん ぎゅうにゅう	こまつなののりずあえ かきたまじる	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 ツナ、のり、とうふ、わかめ、 たまご	にんじん、ごぼう、しめじ、 こまつな、キャベツ、たまねぎ、 えのきたけ、ねぎ	こめ、あぶら、さとう、 かたくりこ	555 22.4
8	月	むぎいりごはん ぎゅうにゅう	マーボーだいこん はるまき	ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ	にんにく、しょうが、たまねぎ、 にんじん、たけのこ、だいこん、 ねぎ、はるまき	こめ、むぎ、あぶら、さとう、 かたくりこ	629 18.8
9	火	むぎいりごはん ぎゅうにゅう	さばのごまみそやき はくさいのふうみあえ ごもくじる	ぎゅうにゅう、さば、みそ、 とうふ、あぶらあげ	はくさい、きゅうり、ふくじんづけ、 たまねぎ、だいこん、にんじん、 ねぎ	こめ、むぎ、さとう、ごま、 こんにやく	592 23.0
10	水	＜ジョージア料理＞「シュクメルリ」は、東ヨーロッパと西アジアの間に位置する「ジョージア」という国の料理です。クリーミーでにんにくのきいた味わいの特徴です。					
		コッペパン ぎゅうにゅう	シュクメルリ キャベツとコーンのサラダ 	ぎゅうにゅう、とりにく、 チーズ、ツナ	にんにく、たまねぎ、とうもろこし、 にんじん、キャベツ、パセリ	パン、さつまいも、あぶら、 こむぎ、バター、 ドレッシング	606 26.3
11	木	むぎいりごはん ぎゅうにゅう	あかうおのにつけ ブロッコリーのおかかあえ だいこんとさといものそぼろに	ぎゅうにゅう、あかうお、 かつおぶし、とりにく、 さつまあげ	しょうが、ブロッコリー、だいこん、 にんじん	こめ、むぎ、さとう、さといも、 こんにやく、あぶら、 かたくりこ	555 27.7
12	金	むぎいりごはん (小) ぎゅうにゅう	やさいたっぷりラーメン ほうれんそうともやしの ナムル	ぎゅうにゅう、やきぶた、ツナ	たまねぎ、にんじん、もやし、 はくさい、にら、にんにく、 しょうが、ほうれんそう	こめ、むぎ、ちゅうかめん、 あぶら、ごま、さとう	541 19.2
15	月	むぎいりごはん ぎゅうにゅう	たららのさらさあげ キャベツのしおこんぶあえ とりにくいりきんぴら	ぎゅうにゅう、たら、 こんぶ、とりにく	しょうが、キャベツ、ごぼう、 にんじん、たけのこ	こめ、むぎ、かたくりこ、 あぶら、こんにやく、さとう	543 24.6
16	火	むぎいりごはん ぎゅうにゅう	ごしよくそぼろ しろみそしる	ぎゅうにゅう、とりにく、 たまご、あぶらあげ、 わかめ、みそ	しょうが、にんじん、たまねぎ、 えだまめ、だいこん、ねぎ	こめ、むぎ、あぶら、さとう、 じゃがいも	557 22.1
17	水	コッペパン ぎゅうにゅう	ペンのミートソース ひじきとチーズのサラダ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ひじき、チーズ	セロリー、にんにく、たまねぎ、 にんじん、しいたけ、キャベツ、 きゅうり、とうもろこし	パン、ペンネ、あぶら、さとう	554 24.4
18	木	むぎいりごはん ぎゅうにゅう	はっぽうさい こざかないりフライベーンズ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 いか、だいたず、こざかな	しょうが、しいたけ、はくさい、 たけのこ、にんじん、たまねぎ、 もやし、チンゲンサイ	こめ、むぎ、あぶら、 かたくりこ、さとう	588 27.5
19	金	＜クリスマス献立＞クリスマスといえばチキンですね。今年は、ヨーグルトやスパイスにつけてこんで焼いた「タンドリーチキン」が登場します。					
		ガーリックライス ぎゅうにゅう	タンドリーチキン こふきいも マカロニスープ いちごプリン	ぎゅうにゅう、とりにく、 ヨーグルト、ベーコン、 あおのり	にんにく、たまねぎ、にんじん、 とうもろこし、パセリ	こめ、むぎ、あぶら、じゃがいも、 マカロニ、プリン	638 24.4
22	月	和食の日(22日は冬至です。冬至には、2つの「ん」が付くものを食べると運氣が上がるといわれているので、にんじん、なんきん(かぼちゃ)を取り入れました。)					
		むぎいりごはん ぎゅうにゅう	いかにゆずふうみ こまつなのごまあえ  かぼちゃのみそしる	ぎゅうにゅう、いか、 あぶらあげ、わかめ、みそ	ゆず、こまつな、にんじん、 かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ	こめ、むぎ、かたくりこ、あぶら、 さとう、ごま	560 22.5

※材料等の都合により、やむをえず献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

☆ 給食終了日のお知らせ ☆

小野江小・豊地小・中川小・豊田小・中原小	12/19(金)
天白小・鶴小・米ノ庄小	12/22(月)

