



[令和7年]

12月 小学校献立表



今月の給食目標

きれいにてをあらおう

半田市学校給食センター

日	曜	除去食対応献立	こんだてめい	赤 からだをつくる		緑 からだのちょうしをととのえる		黄 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal	小学校
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群		
				魚・肉・卵 大豆製品	乳製品・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実		
1	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		593	
			★いわしのしょうがに	いわし			しょうが				
			ほうれんそうの いそかあえ		のり	ほうれんそう にんじん	きりぼしだいこん もやし	さとう			
			なまあげのうまに	ぶたにく なまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ しょうが	さとう でんぷん			
2	火		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		585	
			★とうふハンバーグの やさしいあんかけ	だいず とりにく とうふ ぶたにく		ピーマン あかピーマン	たまねぎ	さとう でんぷん			
			ブロッコリーのあえもの	まぐろ		ブロッコリー	キャベツ	さとう			
			さといものみそしる	ぶたにく あぶらあげ みそ		にんじん はねぎ	だいこん えのきたけ	さといも			
			★さつまいもいり かんそうこざかな		かたくち いわし			さつまいも さとう	あぶら		
3	水		ロールパン 牛乳		牛乳			パン		654	
			ハムステーキ	ハム							
			ポークビーンズ	だいず ぶたにく		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも さとう でんぷん			
			りんご				りんご				
4	木		むぎごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ		627	
			★えびしゅうまい(2こ)	えび たら ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ でんぷん			
			パンパンジーサラダ	とりにく		にんじん	キャベツ もやし		ドレッシング		
			マーボーどうふ	とうふ ぶたにく みそ		にんじん にら	たまねぎ しょうが	さとう でんぷん			
5	金		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		752	
			こんさいカレー	とりにく		にんじん	れんこん だいこん たまねぎ グリンピース	じゃがいも さとう			
			★とんかつ	ぶたにく				パンこ	あぶら		
			ツナサラダ	まぐろ			キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング		
8	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		633	
			★そうだかつおの おかか	かつお				さとう			
			ひじきとやさいの ごまずあえ	ハム	ひじき	こまつな にんじん	もやし	さとう	ごま		
			みそおでん	ぶたにく なまあげ さつまあげ みそ		にんじん	だいこん こんにゃく	さといも さとう			
9	火		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		589	
			はんだガパオふう みそどん	とりにく みそ		あかピーマン しそ	たまねぎ にんにく		ごまあぶら		
			★フライドチキン	とりにく				でんぷん	あぶら		
			ビーフンスープ			にんじん はねぎ	たけのこ もやし キャベツ しめじ	ビーフン			
10	水		スライspan 牛乳		牛乳			パン		638	
			★オムレツの トマトソースかけ	たまご		トマト		さとう			
			かいそうサラダ	まぐろ	かんてん ひじき		れんこん えだまめ		ドレッシング		
			ふゆやさいの とうにゅうシチュー	とりにく とうにゅう		ブロッコリー にんじん	カリフラワー はくさい かぶ たまねぎ とうもろこし	じゃがいも			
			いちごジャム					いちごジャム			
11	木		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		665	
			★けんちんしのだの ねぎみそかけ	みそ とうふ たら あぶらあげ	ひじき	にんじん はねぎ	しょうが	さとう でんぷん	あぶら		
			いかときゅうりの すのもの	いか			きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう			
			すきやきふう	ぶたにく かまぼこ		にんじん	はくさい しょうが ごぼう えのきたけ しろねぎ こんにゃく	さとう			
12	金		ちゅうかめん 牛乳		牛乳			めん		650	
			みそラーメンスープ	ぶたにく なんと みそ	わかめ	にんじん はねぎ	たけのこ もやし	さとう でんぷん			
			★タラとじゃがいもの からあげ	タラ				じゃがいも でんぷん	あぶら		
			みかん				みかん				

◎食べるときは、よくかんで食べましょう。
※給食物資の購入都合により、献立の一部を変更することがあります。
※献立表にある★は、加工食品を表しています。すべての食材を表記しているものではありません。
※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、詳細なアレルギー資料をご確認ください。
※給食センターのメールアドレス kyushoku@city.handa.lg.jp
『毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です』

半田市のホームページで、給食レシピを紹介しています。ぜひ、ご覧いただき、ご家庭でもお試しください。
QRコードを読み込むと、すぐにご覧いただけます。



日	曜	除食 対立 献立	こんだてめい	赤 からだをつくる		緑 からだのちょうしをととのえる		黄 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal	
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群	小学校	
				魚・肉・卵 大豆製品	乳製品・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実		
15	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		585	
		★やさいはんぺん	さかなすりみ だいず		にんじん	キャベツ とうもろこし	でんぷん さとう				
		はくさいのにびたし	あぶらあげ かつおぶし			はくさい もやし しめじ	さとう				
		だいこんとぶたにくの にもの	ぶたにく なまあげ		にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく	さとう				
16	火		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		649	
		★カレーコロッケ			にんじん	グリーンピース たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ	あぶら			
		やきにくふういため	ぶたにく		ピーマン あかピーマン	しょうが たまねぎ	さとう	あぶら			
		みそしる	あぶらあげ とうふ みそ	わかめ	にんじん はねぎ	だいこん ごぼう えのきたけ					
17	水		クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		689	
		やきそば	ぶたにく いか ちくわ	あおのり	にんじん	キャベツ しょうが	やきそばめん	あぶら			
		★ごぼういりつくね(2こ)	とりにく だいず ぶたにく			ごぼう たまねぎ	さとう				
		★フルーツポンチ				みかん もも パインアップル					
18	木		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		647	
		★さばぎんがみやき	さば みそ				さとう こめこ				
		たくあんあえ				たくあん きゅうり キャベツ					
		にくじゃが	ぶたにく さつまあげ		にんじん	たまねぎ グリンピース こんにゃく	じゃがいも さとう				
19	金		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		576	
		★わかさぎの なんばんづけ	わかさぎ(魚卵を含 む場合あり)			しろねぎ	さとう こめこ でんぷん	あぶら			
		ちくぜんに	とりにく		にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう たけのこ こんにゃく	さとう				
		たまご はんだのたまごの かきたまじる	とうふ たまご		にんじん ほうれんそう	たまねぎ	でんぷん				
22	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		636	
		チキンライスのぐ	とりにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	さとう				
		★もみのきハンバーグの てりやきソースかけ	ぶたにく だいず とりにく			たまねぎ	さとう でんぷん				
		やさいスープ	ベーコン		かぼちゃ パセリ にんじん	キャベツ だいこん エリンギ	じゃがいも				
		セレクトデザート									
		★A:クリスマスカップデザート	とうにゅう			いちご	さとう みずあめ				
		★B:カスタードふうクレープ	とうにゅう				さとう こめこ でんぷん	あぶら			
★C:いちごゼリー				いちご	さとう						
23	火		くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		662	
		フランクフルト	フランクフルト								
		ブロッコリーサラダ	まぐろ		ブロッコリー			ドレッシング			
		とうにゅうコーンスープ	とりにく とうにゅう		にんじん パセリ	とうもろこし たまねぎ	じゃがいも				
		★がまごおりみかんプチゼリー				みかん	さとう				
寒さに負けず 冬を元気に過ごそう!								給食回数 17回	基準値 (1食あたり)	小学校	650

寒さに負けず、冬を元気に過ごそう!

いよいよ冬本番を迎え、朝晩の冷え込みが厳しくなりました。寒いと手を洗うのが億劫になりがちですが、風邪や胃腸炎などの感染症を防ぐには、せっけんを使った丁寧な手洗いが肝心です。また、食事や睡眠をしっかりとって抵抗力を高め、風邪をひきにくい丈夫な体をつくりましょう。

風邪予防に とりたい栄養素と食べ物

丈夫な体をつくる

たんぱく質

肉類

魚介類

卵

大豆・大豆製品

牛乳・乳製品

強い抗酸化作用で体を守る

ビタミンA

にんじん

ほうれん草

うなぎ

レバー

ビタミンC

ブロッコリー

パプリカ

いちご

キウイフルーツ

じゃがいも

ビタミンE

かぼちゃ

サラダ油

サケ

アーモンド

今月の愛知県産の食べ物

こめ

たまご

牛にゅう

ぶた肉

キャベツ

はくさい

れんこん

ほうれん草

とうふ

みそ

みかん

さといも

かぶ

しそ

だいこん

にんじん

きゅうり

こまつな

いちご

しょうゆ

す

12月9日（火）には、「地元産食材×アジア料理」給食献立募集で入賞した「半田ガパオ風みそどん」が登場します！