










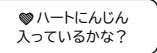


12月の予定献立表(Bブロック)

令和7(2025)年度

日曜	のみの	給食目標 給食回数 18回 寒さに負けない体を作ろう				こんだてメモ
		こんだて	ざいりょうのはたらき			
			ちからやねつに なるもと(き)	ちやにくに なるもと(あか)	からだのちょうしを ととのえるもと(みどり)	
1月	にぎゅう	ざっこくごはん あげざかなのうまに はくさいとだいこんのみそしる みかん	こめ ごこくまい でんぱん あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう たら あぶらあげ みそ	しょうが たまねぎ たけのこ しいたけ にんじん さやいんげん はくさい だいこん ねぎ こまつな みかん	<div></div> <p>小学校6年生家庭科の 授業とのコラボ給食が登場します。</p> <p>3日 西砂小 6-3 4日 大山小 6-2 16日 若葉台小 6-2 の6年生が考えた献立です。</p> <div></div> <div><p>↑このマークが目印です</p></div>
2火	にぎゅう	とうにゅうパン ホキのムニエル コーンポテト しろいんげんまめと ほうれんそうのスープ 	とうにゅうパン こむぎこ あぶら パター じゃがいも	ぎゅうにゅう ホキ ウイナー いんげんまめ	とうもろこし たまねぎ にんじん ほうれんそう セロリー	
3水	にぎゅう	 わかめごはん あじのなんぼんづけ かぼちゃサラダ ぐだくさんのみそしる	こめ でんぱん あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ さとも	わかめ ぎゅうにゅう あじ ハム とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ とうもろこし きゅうり だいこん はくさい しめじ ねぎ	
4木	にぎゅう	 ごはん ピーマンのにくづめ(ソース) ブロッコリーのサラダ どさんこじる	こめ こむぎこ あぶら パンこ さとう でんぱん さつまいも パター コーンクリーミードレッシング ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ みそ	ピーマン たまねぎ トマト ブロッコリー にんじん きゅうり とうもろこし もやし にんにく ねぎ	
5金	にぎゅう	きぬがさどん※1 だいこんとこまつなのみそしる みかん	こめ でんぱん さとう	ぎゅうにゅう あぶらあげ たまご わかめ みそ	たまねぎ ねぎ にんじん こまつな だいこん えのきたけ みずな みかん	
8月	にぎゅう	ごはん さかなのたつたあげ あずかなべ※2	こめ でんぱん あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう メダイ とりにく とうふ みそ	しょうが はくさい ごぼう しいたけ にんじん だいこん ねぎ	
9火	にぎゅう	あんかけやきそば たまごスープ パインヨーグルト	ちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら でんぱん	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ とうふ たまご ヨーグルト	にんじん もやし たまねぎ きくらげ たけのこ はくさい ねぎ しょうが パインアップル	
10水	ジュニア	ごはん ☆ハンバーグ ほうれんそうとベーコンのソテー じゃがいものコンソメスープ 	こめ あぶら パンこ でんぱん じゃがいも	ぶたにく ベーコン とりにく	りんごジュース たまねぎ トマト ほうれんそう にんじん しめじ パセリ	
11木	にぎゅう	ツナコーンピザ とりにくとだいこんのトマトにこみ キャベツときゅうりのサラダ	ピザクラフト あぶら マヨネーズ さとう フレンチドレッシング	ツナ チーズ ぎゅうにゅう とりにく	とうもろこし たまねぎ だいこん にんにく マッシュルーム トマト きゅうり キャベツ にんじん	
12金	にぎゅう	しらすごはん おでん さつまいもとれんこんのおんサラダ 	こめ さとう さつまいも あぶら	しらすぼし ぎゅうにゅう ちくわ さつまいも こんぶ うずらたまご なまあげ	しょうが だいこん にんじん こんにゃく えだまめ れんこん	
15月	にぎゅう	ごはん とうふのうまに しらたきのピリからいため しょうなんゴールドゼリー	こめ さとう でんぱん ごまあぶら あぶら しょうなんゴールドゼリー	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく	にんじん こまつな はくさい たまねぎ きくらげ ねぎ しょうが しらたき こねぎ にんにく	
16火	にぎゅう	 ごはん さばのしょうがやき かいそうサラダ しおこうじスープ	こめ あぶら さとう わふうドレッシング はるさめ	ぎゅうにゅう さば かいそうミックス ちくわ とりにく	しょうが キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし はくさい しめじ だいこん もやし にら	
17水	にぎゅう	☆あげパン さともとほうれんそうのわふうシチュー 	コッペパン あぶら さとう さとも こむぎこ バター	ぎゅうにゅう とりにく みそ	たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう はくさい だいこん とうもろこし えだまめ きゅうり	
18木	にぎゅう	じゃこチャーハン てづくりジャンボぎょうざ たんたんスープ 	こめ おおむぎ あぶら ぎょうざのかわ ごま ごまあぶら	ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうにゅう	にんじん ねぎ こねぎ にんにく しょうが キャベツ にら たまねぎ チンゲンサイ もやし	
19金	にぎゅう	にこみほうとうどん にぎすのからあげ(2ほん) きんぴらごぼう ゆずのコロコロドーナツ <div>冬至献立</div>	うどん あぶら でんぱん さとう ホットケーキミックス	ぶたにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう にぎす たまご	しょうが にんにく はくさい ごぼう にんじん こまつな かぼちゃ ねぎ こんにゃく ゆず	
22月	にぎゅう	☆うなたまごはん(いりたまご) しらたまごじる りんご	こめ さとう でんぱん あぶら しらたまもち	うなぎ ぎゅうにゅう たまご ぶたにく あぶらあげ	さやえんどう はくさい にんじん だいこん えのきたけ こんにゃく しいたけ りんご	
23火	にぎゅう	ミルクパン ミートローフ はなやさいのソテー まめとコーンのポタージュスープ <div>レシピは裏面に！</div>	ミルクパン パンこ あぶら さとう でんぱん こめ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく チーズ いんげんまめ なまクリーム	たまねぎ にんじん さやいんげん ブロッコリー カリフラワー とうもろこし パセリ	
24水	にぎゅう	☆ハヤシライス わかめとキャベツのサラダ	こめ こむぎこ パター あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ わかめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト キャベツ きゅうり	

*都合により献立が変更になることもあります。
*学校給食では、様々な食品を使用します。
今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。
*立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は
ホームページからご覧になれます。
右の二次元バーコードからアクセスしてください。

＜立川市学校給食における
食物アレルギー対応方針＞



手洗いは感染症予防の基本です!

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。しかし、いろいろな物に触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさんついています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。



西調理場<<みんなのくるりんキッチン>>

12月22日は「冬至」です。

冬至は、1年で最も太陽の出ている時間が短くなる日で、この日を境に少しずつ太陽の出ている時間が長くなっていきます。昔の人は、太陽の力が弱まると人間の運氣も衰えると考えていたことから、冬至の日に、かぼちゃやあずきを食べる力をつけ、ゆず湯で身を清めて、幸運を呼び込み、無病息災を願う風習が生まれました。

