

2025ねん 12がつの  
えいようしどうひょう



(教 し つ よ う)  
きょう  
あわじしきりつきゅうしょく

淡路市立給食センター

日 (曜)	こんだて名	血や肉になるもの (あか)	からだ ちようし 体の調子をととのえるもの (みどり)	なつ あから 熱や力になるもの (き)
1月	とりにく 鶏肉のフレーク焼き にんじんシリシリ ミネストローネスープ	とりにく 鶏肉 あぶら まぐろ油漬け ぶたにく ベーコン スープベース	にんじん たまねぎ トマト缶 パセリ	ノンエッグマヨネーズ じやがいも コーンフレーク ごま油 いりごま 米ぬか油 A B C マカロニ
2火	おやこどん 親子丼 もずくサラダ	とりにく けいらん けずり節 もずく チキンハム	たまねぎ にんじん ほし 乾しいたけ ねぶか きゅうり キャベツ	米ぬか油 おつゆふ 三温糖 上白糖
3水	はるま 春巻き チンゲンサイの和え物 じやがいものみそ汁	はるま あぶら あ 油揚げ みそ 煮干し	チンゲンサイ はくさい にんじん たまねぎ は 葉ねぎ	米ぬか油 上白糖 じやがいも
4木	ぶたにく 豚肉のアップルソース やさい 添え野菜 ごぼうのコンソメスープ	ぶたにく 豚肉 ベーコン スープベース コンソメ	たまねぎ りんご キャベツ きゅうり ごぼう にんじん セロリー	上白糖 米ぬか油
5金	ぎゅうにく 牛肉とピーマンの炒め物 じる けんちん汁	ぎゅうにく もめんどう あぶら あ だし昆布 削り節	にんじん たけのこ水煮 ピーマン もやし しようが だいこん ごぼう ほし 乾しいたけ 葉ねぎ	米ぬか油 三温糖 ごま油
8月	とりにく 鶏肉のさっぱり煮 あじ カリフラワーのカレー味 たまご レタスの卵スープ	とりにく 鶏肉 鶏卵 スープベース	しようが カリフラワー たまねぎ にんじん レタス セロリー	三温糖 でんぶん パン
9火	じやんじやん豆腐 ぎょめん 魚麺のすまし汁	ぶたにく 豚肉 がんもどき みそ ぎょめん なんそう や ば だし昆布 けずり節	こんにやく たまねぎ にんじん ねぶか ほし 乾しいたけ しようが は 葉ねぎ	米ぬか油 三温糖
10水	まめびよ(いちご味) <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">NEW</span> くじたつた あ 鯨竜田揚げ <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">NEW</span> ゆでキャベツ すいとん りんごジャム	まめびよ(いちご味) 鯨竜田揚げ とりにく だし昆布 削り節	キャベツ にんじん だいこん ぶなしめじ は 葉ねぎ	りんごジャム 米ぬか油 すいとん
11木	や すき焼き うみ はたけ 海と畑のサラダ	ぎゅうにく れいとう や どうふ あぶら まぐろ油漬け ほし 牛肉 冷凍焼き豆腐 まぐろ油漬け 乾しひじき	にんじん たまねぎ はくさい こんにやく ねぶか 根深ねぎ キャベツ きゅうり ホールコーン	米ぬか油 おつゆふ 三温糖 上白糖
12金	みそおでん みそな 水菜のおかか和え	とりにく 豚肉 さつま揚げ や ちくわ けずり節 みそ かつお節	にんじん だいこん こんにやく みそな 水菜 もやし	じやがいも 三温糖
15月	や 焼きそば やさい 野菜サラダ	ぶたにく 豚肉 あおのり チキンハム	キャベツ もやし たまねぎ にんじん にら ねぶか ブロッコリー あか 赤ピーマン きゅうり	焼きそばめん 米ぬか油 上白糖
16火	どんとり そぼろ丼(鶏そぼろ、野菜・錦糸卵) もずくスープ	とりひき肉 にく きん したまご かんそう もめんどう ふ 木綿豆腐 スープベース	ごぼう にんじん しようが ほうれんそう えのきたけ	三温糖
17水	カレーライス こんにやくサラダ	ぶたにく とりにく 豚肉 鶏肉	にんじん たまねぎ マッシュルーム りんご サラダこんにやく きゅうり キャベツ	米ぬか油 じやがいも カーレフレーク ココナッツミルク むぎごはん じようはくとう あぶら 上白糖 ごま油
18木	さかな 魚(ほき)の和風あんかけ すあ キャベツのぽん酢和え <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">NEW</span> ぎゅうにく 牛肉のみそ汁	ほき ちりめんじやこ 牛肉 みそ 煮干し	たまねぎ にんじん なま 生しいたけ キャベツ はくさい えのきたけ は 葉ねぎ	でんぶん 米ぬか油 上白糖 あぶら ごま油 さつまいも
19金	とりにく 鶏肉のねぎ塩レモン カラフルピーマン てまりふのすまし汁	とりにく あぶら えんそう まぐろ油漬け 塩蔵わかめ なると だし昆布 削り節	ねぶか 根深ねぎ レモン果汁 ピーマン あか 黄ピーマン たまねぎ にんじん は 葉ねぎ	上白糖 ごま油 あぶら いりごま てまりふ
22月	フライドチキン プロッコリーのコンソメ味 とうにゅう 豆乳のクリームスープ クリスマスケーキ(チョコ)	とりにく 豚肉 コンソメ ポークハム とうにゅう 豆乳 スープベース	にんにく プロッコリー たまねぎ にんじん こまつな マッシュルーム	でんぶん 米ぬか油 クリスマスケーキ(チョコ)
23火	や さかな 焼き魚(さわら) はくさい 白菜のゆず香和え ほうとう	さわら とりにく だ こみ みそ けずり節 削り節 みそ	はくさい ゆず果汁 にんじん だいこん なま 生しいたけ ぶなしめじ かぼちゃ は 葉ねぎ	じようはくとう 上白糖 ほうとう

じるし きゅうしょく ひ  
※○印は、パン給食の日となっています。

まいにち あら ま  
※おはしば毎日きれいに洗って持ってきましょう。

ざいりょうとう つごう こんだて へんこう はいり りょうじょうくだ  
※材料等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

※材料等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。