2026年

# 12月 献立予定表




第二

丸亀市第二学校給食センター　TEL　25−2096

| 日 | 曜日 | 献立名 主食等・スプーン | 牛乳 | 副食 | おもに体の組織をつくる 1群 肉・魚・卵・豆・豆製品 | 2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻 | おもに体の調子を整える 3群 緑黄色野菜 | 4群 その他の野菜 くだもの・きのこ | おもにエネルギーになる 5群 穀類・いも・さとう | 6群 油脂・種実 | 献立のねらい | エネルギー(kcal) 小学校 | 中学校 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 火 | 中華丼<br>（麦ごはん）<br>幼と小1．2年のみ | ○ | 海そうサラダ<br>大学いも | ぶた肉 えび<br>いか　ハム<br>うずら卵 | 牛乳<br>海そうミックス | にんじん<br>チンゲンサイ | にんにく　しょうが<br>きくらげ　たけのこ<br>しいたけ　たまねぎ<br>白菜　きゅうり 大根 | 米 大麦 さとう<br>でんぷん<br>さつまいも | 油 ごま油<br>ごま | さつまいもの栄養 | 657 | 830 |
| 2 | 水 | 肉もっそ | ○ | さばの塩やき<br>キャベツとコーンのごまあえ<br>ふしめん汁 | 牛肉　とうふ<br>油あげ<br>さば | 牛乳 | にんじん<br>ほうれんそう<br>葉ねぎ | しいたけ　ごぼう<br>枝豆　もやし<br>キャベツ　コーン<br>大根　たまねぎ | 米　大麦<br>ふしめん<br>こんにゃく<br>さとう | 油　ごま | 郷土料理「肉もっそ」 | 633 | 827 |
| 3 | 木 | さぬきのゆめパン<br>りんごジャム | ○ | ささみのレモンソース煮<br>食べて菜のサラダ<br>卵ととうふのスープ | とり肉<br>ハム　卵<br>とうふ<br>ベーコン | 牛乳<br>わかめ | にんじん<br>チンゲンサイ<br>食べて菜 | たまねぎ　レモン<br>もやし | さぬきのゆめパン<br>ジャム<br>でんぷん<br>さとう　上新粉 | 油　ごま | 香川県産のたべもの | 668 | 832 |
| 4 | 金 | 麦ごはん | ○ | すきやき風煮<br>切干大根とツナのあえもの<br>みかん | ぎゅう肉<br>やきとうふ<br>まぐろ | 牛乳 | にんじん<br>しゅんぎく<br>小松菜 | 白菜　白ねぎ　しいたけ<br>たまねぎ　大根<br>切干大根 みかん | 米　大麦<br>こんにゃく<br>ふ さとう | 油　ごま | すきやきの栄養 | 630 | 779 |
| 7 | 月 | 麦ごはん<br>ふりかけ | ○ | いかのたつたあげ<br>キャベツとわかめの酢のもの<br>きりたんぽ汁 | いか<br>とり肉 とうふ<br>みそ | 牛乳<br>ちりめん<br>わかめ | にんじん ねぎ | きゅうり　しょうが<br>キャベツ　まいたけ<br>白ねぎ　白菜 | 米 大麦上新粉<br>さとう,でんぷん<br>きりたんぽ | 油　ごま | 秋田県の料理 | 592 | 746 |
| 8 | 火 | 黒糖パン | ○ | ポトフ<br>ポテトサラダ<br>いりことアーモンドのオリーブオイル | とり肉<br>ウインナー<br>ハム | 牛乳<br>かえり | にんじん<br>チンゲンサイ<br>パセリ | セロリー　大根<br>キャベツ　きゅうり<br>たまねぎ<br>しめじ コーン | こくとうパン<br>じゃがいも | 油　オリーブ油..アーモンドエッグフリーマヨネーズ | 有機野菜 | 601 | 767 |
| 9 | 水 | ごはん | ○ | とりつくね<br>キャベツとちりめんのごまあえ<br>月菜汁　【中】昆布大豆 | とり肉　卵<br>みそ<br>【中】大豆 | 牛乳<br>ちりめん<br>【中】昆布 | 葉ねぎ<br>こまつな<br>にんじん | しょうが<br>キャベツ もやし<br>大根 たまねぎ　しめじ | 米 パンこ<br>さとう<br>白玉だんご | 油 ごま | 主食の栄養 | 599 | 781 |
| 10 | 木 | 小型ミルクパン | ○ | きのこの和風スパゲティー<br>ブロッコリーサラダ<br>小いわしのフライ | ベーコン<br>あさり<br>ハム | 牛乳<br>こいわし | にんじん<br>ブロッコリー<br>葉ねぎ | たまねぎ しめじ コーン<br>エリンギィ　しいたけ<br>にんにく　キャベツ | ミルクパン<br>スパゲティ<br>さとう パンこ | 油 | 香川県産<br>ブロッコリー | 621 | 807 |
| 11 | 金 | 麦ごはん | ○ | 高野豆腐のおとしあげ<br>小松菜のアーモンドあえ<br>よせなべ汁 | とり肉<br>高野どうふ<br>うずら卵 | 牛乳<br>ひじき | こまつな ねぎ<br>にんじん<br>しゅんぎく | たまねぎ　しょうが<br>もやし　にんにく キャベツ<br>しめじ しいたけ　白菜 | 米 大麦 さとう<br>でんぷん<br>春雨 パンこ | 油<br>アーモンド | 寄せ鍋汁の栄養 | 633 | 800 |
| 14 | 月 | 麦ごはん | ○ | 焼きどうふのみそそぼろ煮<br>ししゃものカレーあげ<br>キャベツの昆布あえ | やきどうふ<br>ぶた肉 | 牛乳<br>子持ちししゃも<br>こんぶ | にんじん<br>チンゲン菜<br>葉ねぎ 小松菜 | にんにく　しょうが<br>しいたけ　たまねぎ<br>たけのこ　白ねぎ<br>もやし　キャベツ | 米　大麦<br>さとう<br>てんぷらこ | 油<br>ごま | 朝ごはんの栄養 | 652 | 863 |
| 15 | 火 | コッペパン | ○ | パンプキンシチュー<br>元気サラダ<br>ココアビーンズ | とり肉　大豆<br>ベーコン ハム<br>かつおぶし | 牛乳<br>だっし粉乳<br>昆布 | パセリ<br>にんじん<br>かぼちゃ | たまねぎ<br>キャベツ<br>きゅうり コーン | コッペパン<br>じゃがいも<br>でんぷん さとう<br>こむぎこ | 油<br>バター | かぼちゃの栄養 | 630 | 799 |
| 16 | 水 | 五目ごはん | ○ | さばのこうみやき<br>かぶと白菜のレモンあえ<br>とん汁 | とり肉<br>油あげ　さば<br>ぶた肉 みそ | 牛乳 | にんじん<br>かぶの葉<br>ねぎ | ごぼう 枝豆　たまねぎ<br>しいたけ かぶ<br>白菜 レモン しょうが | 米 こんにゃく<br>砂糖<br>さつまいも | 油 | 旬「かぶ」 | 656 | 834 |
| 17 | 木 | 小型コッペパン | ○ | フライドチキン<br>お花畑のサラダ<br>ミネストローネ<br>クリスマスケーキ | とり肉　ハム<br>ベーコン | 牛乳 | ブロッコリー<br>にんじん<br>トマト<br>パセリ | にんにく セロリー<br>しょうが　たまねぎ<br>キャベツ コーン<br>カリフラワー | コッペパン<br>上新粉でんぷん<br>じゃがいも さとう<br>コンキリエ<br>ケーキ | 油 | クリスマス献立 | 648 | 805 |
| 18 | 金 | カミカミデー<br>ビーンズカレー<br>ライス | ○ | カミカミサラダ<br>キウイフルーツ | ぶた肉　ハム<br>ベーコン 大豆<br>さきいか | 牛乳<br>だっし粉乳<br>チーズ | にんじん | にんにく りんご<br>キャベツ コーン　ごぼう<br>エリンギ　たまねぎ<br>キウイフルーツ | 米　大麦<br>さとう　小麦粉<br>じゃがいも | 油<br>バター<br>ごま | ビタミンCのとり方 | 663 | 831 |
| 21 | 月 | しっぽくうどん | ○ | かぼちゃのかのこあげ<br>食べてなのゆずかあえ | とりにく<br>あぶらあげ<br>かつおぶし | 牛乳 | 金時にんじん<br>しゅんぎく<br>かぼちゃ<br>食べて菜 ねぎ | たまねぎ 大根<br>しいたけ 白菜<br>ゆず | うどん パンこ<br>さといも<br>さとう | 油 | 冬至 | 654 | 797 |
| 22 | 火 | 米粉パン | ○ | うずら卵とほうれんそうのクリーム煮<br>ひじきとツナのサラダ<br>りんご | とりにく<br>あさり<br>うずら卵<br>まぐろ | 牛乳<br>だっし粉乳<br>ひじき | ほうれんそう<br>にんじん | たまねぎ しめじ<br>キャベツ<br>きゅうり コーン<br>りんご | 米粉パン<br>じゃがいも<br>こむぎこ | 油<br>和風ごまドレッシング | 手洗い | 604 | 754 |
| 23 | 水 | ごはん | ○ | にこみおでん<br>百花のごまドレッシングあえ<br>ヨーグルト | 牛肉　ちくわ<br>うずら卵<br>てんぷら<br>みそ ハム | 牛乳<br>ヨーグルト | にんじん<br>百花 | 大根　しょうが<br>もやし | 米 こんにゃく<br>さといも<br>さとう | 油<br>ごま | おでんの由来 | 658 | 828 |
| 24 | 木 | 丸亀の日<br>ミルクパン | ○ | さけのピザ風やき<br>五目サラダ<br>丸亀のレタス入りABCスープ | さけ<br>ちくわ<br>ベーコン | 牛乳<br>チーズ | にんじん<br>チンゲン菜<br>パセリ<br>水菜 | たまねぎ　れんこん<br>キャベツ　枝豆<br>レタス　しめじ | ミルクパン<br>じゃがいも<br>さとう<br>英字パスタ | 油 ごま<br>エッグフリーマヨネーズ | 冬レタス | 639 | 803 |

【かがわ印給食ウイーク】（１日～４日）香川県でとれた農水畜産物を使った学校給食を提供する取組の週間。

＊献立は、材料その他の都合により変更することがありま；＊エネルギーは、小学校4年生(基準値660Kcal・中学校2年生830Kcal)の値です。




**丸亀市産食材**　小松菜　チンゲン菜　にんにく　大根（有機）　じゃがいも（有機）　百花　ほうれんそう　パセリ　かぶ　春菊　レタス　しょうが　食べて菜　さつまいも

**香川県産の食材**　米　大麦　牛乳　卵　米粉パン　さぬきの夢パン　とり肉　いりこ　小いわし　きくらげ　にんじん（有機）　カリフラワー　みかん　キウイフルーツ　レモン　てんぷらこ

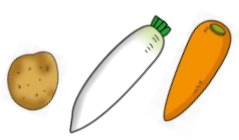
**12／3(木) 香川県民の日**

香川県産の「さぬきのゆめパン」「牛乳 」「ささみ」「レモン」「食べて菜」「たまご」「チンゲン菜 」を使用します。

さぬきのゆめパンは、香川県産のうどん用 オリジナル小麦 「さぬきのゆめ」を使って作られています。

「食べて菜」は、香川県特産野菜の「さぬきな」と小松菜を交配し、平成18年に誕生した県オリジナルの野菜です。みんなに食べてほしい、という願いから名づけられました。

**12／8(火) 有機野菜「大根」「にんじん」「じゃがいも」**



有機農業は「化学的に合成された肥料及び農薬を使用しないこと並びに遺伝子組み換え技術を利用しないことを基本として、農業生産に由来する環境への負荷をできる限り低減した農業生産の方法を用いて行われる農業をいう。」とされています。

「有機農業の日（12／８）」は、ポトフに「大根」「にんじん」、ポテトサラダに「じゃがいも」を使用します。