

# 令和7年12月 学校給食予定献立表

日 曜 日	こんだて	体のうでの主なはたらき						おやつ	
		体をつくるものになる食品		体の機能を支える食品		エネルギーのもとになる食品			
		1群 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無機質 牛乳・小魚 海藻	3群	4群 ビタミン・無機質 緑黄色野菜	5群 炭水化物 その他の野菜 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂		
1 (月)	主食 ごはん					ごはん		焼おにぎり	
	主菜 タコライスの具	豚肉 ワインナー 大豆		ピーマン トマト にんじん	たまねぎ とうもろこし レッドカベ にんじん	じゃがいも 砂糖	油		
	副菜 ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり		油		
	他 牛乳		牛乳						
2 (火)	主食 茨城県産小麦パン					茨城県産小麦パン		もものタルト	
	主菜 鶏肉とじゃがいものケチャップがらめ	鶏肉		ピーマン		じゃがいも でん粉 砂糖	ごま 油		
	副菜 コーンサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり 枝豆 とうもろこし		油		
	他 白菜ときのこのスープ			小松菜 にんじん	白菜 セロリ たまねぎ じめじ エリンギ				
3 (水)	主食 ごはん					ごはん		磯風味ボテト	
	主菜 さばのみそ煮	★さばのみそ煮							
	副菜 れんこんのきんぴら	★さつま揚げ	みかんの日	にんじん	れんこん 枝豆 しいたけ	しらたき 砂糖	ごま油 油		
	けんちん汁	豆腐		にんじん	白菜 長ねぎ ごぼう	里芋 こんにゃく	油		
4 (木)	主菜 みかんゼリー					★みかんゼリー		チョコ クロッサン	
	副菜 牛乳		牛乳						
	主菜 さちみパン					はちみパン			
	主菜 鶏肉の香草パン粉焼き	鶏肉		ピーマン	しょうが たまねぎ	砂糖	しょうゆ 酒 ミルク		
5 (金)	副菜 ツナと豆のサラダ	まぐろ 大豆	ひぬくらん メニュー	小松菜 にんじん	きゅうり キャベツ にんじん	★香草ミックスパン粉	オリーブオイル	おかし	
	ホテースープ			パセリ にんじん	白菜 たまねぎ マッシュルーム	ノンエッグマヨネーズ	塩 からし油 しょうゆ		
	他 牛乳		牛乳			じゃがいも	野菜ブイヨン 塩 こしょう		
	主食 ごはん					ごはん			
6 (土)	主菜 豚肉とかんぴょうのたまとじ	豚肉 肋		にんじん	かんぴょう たまねぎ クリンニース	しらたき ジャガイモ 砂糖	しょうゆ ミルク	あずき クリームケーキ	
	副菜 ひじきのみぞマヨあえ	ハム ミソ	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ノンエッグマヨネーズ		
	他 牛乳		牛乳						
	主食 ごはん					ごはん			
7 (日)	主菜 中華めん					中華めん		原宿ドック	
	主菜 しゅうまい	★しゅうまい							
	副菜 りっちゃんサラダ	ハム かつお節	唐辛子	トマト にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	酢 塩 こしょう		
	しょうゆラーメンスープ	★チャーシュー ★なると		ほうれん草 にんじん	もやし 長ねぎ		★しょうゆラーメンの素		
8 (月)	副菜 いちごゼリー					★いちごゼリー		アップルパイ	
	他 牛乳		牛乳						
	主食 ごはん					ごはん			
	主菜 いかの香味ソース	★いかでん粉付き			しょうが 長ねぎ	砂糖	油 ごま油		
9 (火)	副菜 こんぶあえ		唐辛子	ほうれん草 にんじん	キャベツ			ピザサンド	
	厚揚げと豚肉のみぞ汁	厚揚げ 豚肉 ミソ		小松菜 にんじん	大根 ごぼう 長ねぎ しいたけ				
	他 牛乳		牛乳						
	主食 ごはん					ごはん			
10 (水)	主菜 ピーンズカレー	豚肉 大豆		トマト にんじん	たまねぎ にんにく フルーツ	じゃがいも	★カレールワ ガラムマサラ 中華ソース カレー粉	おかし	
	副菜 海藻サラダ			★海藻サラダ		キャベツ きゅうり	ごま油		
	他 牛乳		牛乳			サラダ こんにゃく	しょうゆ 酢		
	主食 ミルクパン					ミルクパン			
11 (木)	主菜 ほきの香草フライ	★ホキ香草フライ					油	おにぎり	
	副菜 オニオンドレッシングサラダ	鶏肉		小松菜 にんじん	キャベツ きゅうり にんにく しょうが		油		
	鶏肉とチキンサイのスープ	鶏肉		チキンサイ にんじん	たまねぎ しめじ				
	他 牛乳		牛乳						
12 (金)	主食 ミルクパン					ミルクパン		おにぎり	
	主菜 ほきの香草フライ	★ホキ香草フライ					油		
	副菜 オニオンドレッシングサラダ	鶏肉		小松菜 にんじん	キャベツ きゅうり にんにく しょうが		油		
	鶏肉とチキンサイのスープ	鶏肉		チキンサイ にんじん	たまねぎ しめじ				
13 (土)	他 牛乳		牛乳					おにぎり	

☆小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。

茨城町学校給食共同調理場

日 曜	こんだて	体の中での主なはたらき							その他の 調味料	おやつ		
		体をつくるものになる食品		体の働きを整える食品		エネルギーのものになる食品						
		1群 だんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無機質 牛乳・小魚 油漬	3群	4群 ビタミン・無機質 緑黄色野菜 その他の野菜 果物	5群 炭水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂					
15 (月)	主食	ごはん				ごはん				いももち		
	主菜	じゃがいものそぼろ煮	豚肉 厚焼け	にんじん	たまねぎ・しいたけ	じゃがいも 砂糖 でん粉	油		しょうゆ みりん 塩			
	副菜	★商しょうゆあえ 手作りひりかけ	かつお節 ★ちりめんじゃこ	小松菜 にんじん キャベツ		砂糖	ごま油		しょうゆ 酢			
	他	さわらのと 牛乳		牛乳		砂糖	ごま		しょうゆ 酒 みりん			
16 (火)	主食	はちみつパン				はちみつパン				プリン		
	主菜	白菜のクリーム煮	鶏肉 みそ 豆乳	牛乳 生クリーム 牛乳 スキムミルク	ブロッコリー にんじん	白菜 たまねぎ	マカロニ 小麦粉 じゃがいも	油 豆乳バター	野菜ブイヨン 塩 こしょう			
	副菜	ハムヒ野菜のマリネ	ハム		にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ レモン		オリーブオイル	酢 塩 こしょう			
	他	さわらのと 牛乳		牛乳								
17 (水)	主食	ごはん				ごはん				パナママフィン		
	主菜	じゅわーく おにぎり 鶏肉の甘酢かけ	鶏肉		にんじん	長ねぎ しょうが にんにく	でん粉 砂糖	油	しょうゆ 酒 醋			
	副菜	こんにゃくとごぼうの炒め煮 さつまいものみそ汁		にんじん	ごぼう 根豆	こんにゃく 砂糖	ごま油 ごま		しょうゆ みりん 一味唐辛子			
	他	さわらのと 牛乳	油漬け みそ	小松菜 にんじん	たまねぎ えのきだけ	さつまいも			混合だし			
18 (木)	主食	ごはん				ごはん				塩こんぶと 玉子のおにぎり		
	主菜	赤魚立田あげ	★赤魚立田あげ					油				
	副菜	もやしとにらのあえもの		にんじん にら	もやし	三温鮭	ごま油		しょうゆ			
	他	すいとん汁	鶏肉 ★なると	ほうれん草	大根 長ねぎ	★すいとん	ごま油		混合だし しょうゆ 塩			
19 (金)	主食	ごはん				ごはん				おかし		
	主菜	いわしごはんのこねぎ 茨城県産小麦パン										
	主菜	ハンバーグトマトソース	★ハンバーグ	トマト	たまねぎ	砂糖	油		ワスターソース 赤ワイン ケチャップ コンソイ			
	副菜	牛乳のチーズサラダ		里型チーズ	にんじん	キャベツ きゅうり		油	酢 塩 こしょう			
20 (土)	主菜	コンソメスープ	ベーコン	クリスマス祭立	ほうれん草 にんじん チキンソーセージ	たまねぎ マッシュルーム			野菜ブイヨン 塩 こしょう	ごまラスク		
	副菜	チョコレートケーキ				★チョコレートケーキ						
	他	さわらのと 牛乳		牛乳								
	主食	ごはん				ごはん						
22 (月)	主菜	魁の豆乳マヨネーズ丼	★魁切り 豆乳	バセリ	たまねぎ		ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう		ごまラスク		
	副菜	ゆず香あえ		冬至献立	ほうれん草 にんじん	もやし ゆず			★ゆずかつおドレッシング			
	副菜	かぼちゃのみそ汁	豚肉 油漬け みそ		かぼちゃ 小松菜	白菜 大根 長ねぎ いんなり		油	混合だし			
	他	さわらのと 牛乳		牛乳								
23 (火)	主食	ソフトメン				ソフトメン				グレーベゼリー		
	主菜	さわらのとんこつ	鶏肉 油漬け	小松菜 にんじん	大根 長ねぎ しいたけ		油		混合だし しょうゆ みりん 塩			
	副菜	キャベツとハムのこじょうゆ	ハム		白菜 キャベツ きゅうり		ごま油 ごま		しょうゆ			
	他	さわらのと 牛乳		牛乳								
24 (水)	主食	ごはん								ブルベリー 煎パン		
	主菜	さんまのしょうが煮	さんまのしょうが煮									
	副菜	キャベツとウインナーのソテー	ワインバー	ほうれん草	キャベツ たまねぎ		油		野菜ブイヨン 塩 こしょう			
	副菜	豆腐となめこのみそ汁	豆腐 みそ		なめこ 長ねぎ				和風だし			
25 (木)	主食	さわらのと 牛乳		牛乳						コーンフレークと ブルーベルのヨーグルトかけ		
	主菜	オムライス	鶏肉 卵	にんじん ピーマン	たまねぎ	ごはん バター 油			ワスターソース ケチャップ 塩 こしょう			
	副菜	ツナサラダ	まぐろ	にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖			塩 しょうゆ			
	副菜	白菜スープ			白菜 たまねぎ えのきだけ				コンソメ こしょう			
26 (金)	他	さわらのと 牛乳		牛乳						おかし		
	主食	ロールパン				ロールパン						
	主菜	ケチャップミートボール	ミートボール									
	副菜	ボテトサラダ	ハム	にんじん	たまねぎ きゅうり	じゃがいも マヨネーズ			塩 こしょう			
	副菜	コーンポタージュ		牛乳 バセリ	たまねぎ とうもろこし				シチュールワ 塩 こしょう			
	他	さわらのと 牛乳		牛乳								

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町産の食材は、米・にらです。

ひぬ丸くん WiY-ICR の茨城町産の食材は、米・きゅうり・小松菜・たまねぎ・にんじん・キャベツ・白菜・じんわりと味わえる豆乳です。



茨城町のマスクのひぬ丸くんです。  
ひぬ丸くんのマークが付いている食材は茨城町産です。