

# 令和7年12月分学校給食献立予定表

- ▲■の記号について(栄養三色)

●赤…	血や筋肉・骨になり体を作るもとになる (にく・さかな・ぎゅうにゅうなど)
▲黄…	動く力・体温のもとになる (ごはん・パン・あぶら・バターなど)
■緑…	体の調子をととのえる (やさしいだのなど)

島本町教育委員会

日曜日	献立名	食品名	一人分量	栄養三色	日曜日	献立名	食品名	一人分量	栄養三色	日曜日	献立名	食品名	一人分量	栄養三色
1日(月)	のつぺい汁	ごめ	85	▲	5日(金)	米飯 ☆牛乳 ミンチカツ 小松菜とちくわのお浸し すまし汁	ごめ	85	▲	11日(木)	コッペパン ☆牛乳 うどんすき 野菜の旨煮	コッペパン	1個・60	▲
		☆ぎゅうにゅう	1本・206	●			☆ぎゅうにゅう	1本・206	●			☆ぎゅうにゅう	1本・206	●
		とりむねミンチ	40	●			ミンチカツ	1個・50	●			冷凍うどん	80	▲
		たまねぎ	30	■			こめあぶら(揚物用)	6	▲			えびだんご	30	●
		にんじん	5	■			こまつな	25	■			はんさい	20	●
		ちしうが	0.8	■			ちくわ	10	●			にんじん	8	■
		さとう	1	▲			はくさい	30	●			しろねぎ	10	■
		さけ	0.5	▲			にんじん	5	■			けずりぶし	2	■
		こいくちしょうゆ	2	▲			こいちらしょうゆ	2	■			こいくちしょうゆ	2	■
		ごまあぶら	0.3	▲			かつおぶし	0.5	●			うすくちしょうゆ	2	■
2日(火)	にゅうめん汁	こまつな	30	●			けずりぶし	0.3	○			さとう	0.5	▲
		ちりめんじやこ	5	●			とりむねにく	20	●			みりん	1	▲
		いろいも(白)	1	▲			たまねぎ	10	●			しお	0.3	▲
		こいくちしょうゆ	1	▲			にんじん	8	●			じゃがいも	30	▲
		さとう	0.2	▲			あおねぎ	5	●			たまねぎ	10	■
		みりん	0.2	▲			けずりぶし	2	●			にんじん	10	■
		ごまあぶら	0.3	▲			うすくちしょうゆ	2	●			しろねぎ	10	■
		ぶたもにく	10	●			しお	0.3	●			けずりぶし	2	■
		さつまいも	30	▲			ぱいせんこんぶ	0.3	●			こいくちしょうゆ	2	■
		たまねぎ	8	■								さとう	1.2	▲
3日(水)	みそ汁	あおねぎ	10	■								みりん	0.2	▲
		けずりぶし	5	■								こいくちしょうゆ	2.5	▲
		うすくちしょうゆ	2	■								ぱいせんこんぶ	1	▲
		しお	0.3	■								じょ	0.3	▲
		ぱいせんこんぶ	0.3	■								じょ	0.3	▲
		とうめん	3	▲								じょ	0.3	▲
		ぶたもにく	8	■								じょ	0.3	▲
		たまねぎ	5	■								じょ	0.3	▲
		にんじん	5	■								じょ	0.3	▲
		うすくちしょうゆ	2	■								じょ	0.3	▲
4日(木)	ツナサラダ	かつおぶし	0.5	■								じょ	0.3	▲
		けずりぶし	0.3	■								じょ	0.3	▲
		うすくちしょうゆ	0.5	■								じょ	0.3	▲
		じょ	0.3	■								じょ	0.3	▲
		蒸したいづ	8	●								じょ	0.3	▲
		じやがいも	20	▲								じょ	0.3	▲
		たまねぎ	10	▲								じょ	0.3	▲
		にんじん	7	■								じょ	0.3	▲
		こまつな	10	●								じょ	0.3	▲
		みそ	9	●								じょ	0.3	▲
5日(金)	ツナサラダ	にぼし	2	●								じょ	0.3	▲
		ぱいせんこんぶ	0.3	●								じょ	0.3	▲
		蒸したいづ	8	●								じょ	0.3	▲
		じやがいも	20	▲								じょ	0.3	▲
		たまねぎ	10	▲								じょ	0.3	▲
		にんじん	7	■								じょ	0.3	▲
		こまつな	10	●								じょ	0.3	▲
		みそ	9	●								じょ	0.3	▲
		にぼし	2	●								じょ	0.3	▲
		ぱいせんこんぶ	0.3	●								じょ	0.3	▲

★印は卵除去食、☆印は乳除去食の対象献立です。

※食材は物資の都合により、変更となる場合があります。

※給食で「そば・落花生(ピーナッツ)・くるみ」は、そのものでの提供や加工品に含まれることはありません。  
※海産物(わかめ・しのす等)は、えび・かにが混ざる場合があります。

※海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにが混ざる場合があります。  
※揚げ油は同じ油で別の食材も調理しているため、アレルギー物資の

学校給食摂取基準	熱量(kcal)	蛋白質(%)	脂肪(%)
----------	----------	--------	-------

小人和技術吸収率	底盤(100kg)	主砲身(%)	副砲身(%)	火薬庫(%)	機関室(%)	乗組員(%)	主電池(%)	副電池(%)	ヒューズ(%)	火薬(%)	武器(%)	機関(%)
一人一回当たり	650	13~20	20~30	2未満	350	50	3	200	0.4	0.4	25	4.5