



令和 7 年 12 月 学校給食献立表 (中学校)



東松山市教育委員会

日 曜	献立名		食 品 名			栄 養 量	
	主食 飲み物 おかず	8大アレルギー物質 卵、乳、小麦 えび、かに、そば 落花生、くるみ	エネルギーのもとになる食品	体をつくるもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1 月	ごはん タコライスの具 牛乳 チーズオムレツ もち麦入りスープ	乳 乳 卵 コムギ	ごはん あぶら あぶら じゃがいも もちむぎ	ぶたレバー ぶたにく ぎゅうにゅう チーズオムレツ とりにく	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ トマト たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ	754	28.7
2 火	茶飯 牛乳 チキンナゲット(2コ) ごぼうサラダ(ドレッシング) おでん	コムギ 乳 小麦 卵 コムギ	ちやめし あぶら ごまドレッシング じゃがいも きびざとう	ぎゅうにゅう チキンナゲット ウインナー こんぶ ちくわ うずらのたまご	 ごぼう きゅうり にんじん キャベツ にんじん だいこん こんにゃく	839	27.3
3 水	あんかけうどん(地粉うどん) 牛乳 肉まん りんご	コムギ (小麦) 乳 小麦	じごなうどん ごまあぶら きびざとう でんぶ にくまん	ぶたにく あぶらあげ こんぶ ぎゅうにゅう	しょうが にんじん だいこん ほししいたけ ねぎ ほうれんそう りんご	751	27.1
4 木	豚ごぼう丼(ごはん) 牛乳 ごまキムチ汁	コムギ 乳 コムギ	ごはん ごまあぶら さとう あぶら じゃがいも ごま	ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく とうふ みそ	しょうが ごぼう にんじん たまねぎ こんにゃく にんじん だいこん キムチ ねぎ	767	29.6
5 金	メンチカツバーガー(子どもパン) メンチカツ サンド用サラダ(ドレッシング) 牛乳 キャロットスープ	(小麦) 小麦 乳 乳 小麦	こどもパンスライス あぶら サウザンアイランドドレッシング バター じゃがいも	メンチカツ ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム スキムミルク シレッド チーズ	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん パセリ	797	29.4
8 月	ごはん 牛乳 鯖のカレー揚げ 豆腐の中華煮	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら あぶら さとう でんぶ ごまあぶら	ぎゅうにゅう さばのカレーあげ とうふ ぶたにく なた	 にんにく しょうが たまねぎ にんじん こまつな	910	32.7
9 火	切り干し大根入りビビンバ(ごはん) 牛乳 トックスープ Caウエハース	コムギ 乳 コムギ 卵 乳 小麦	ごはん ごまあぶら さとう ごま トック ごまあぶら カルシウムウエハース	ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく	にんにく しょうが ねぎ にんじん もやし きりぼしだいこん こまつな ほししいたけ にんじん だいこん はくさい ちんゲンサイ ねぎ	789	29.0
10 水	キャラメルきな粉揚げパン バターロール 牛乳 コーンサラダ(ドレッシング) ABCマカロニスープ	小麦 乳 小麦 乳 小麦	コッペパン ミルメークキャラメル あぶら バターロール コーンドレッシング あぶら アルファベットマカロニ	きなこ ぎゅうにゅう ウインナー	 キャベツ きゅうり コーン にんじん たまねぎ にんじん もやし はくさい ちんゲンサイ	789	23.8
11 木	ごはん 牛乳 焼きつくね(3コ) 糸こんにゃくの煮物 けんちん汁	乳 小麦 コムギ	ごはん きびざとう でんぶ ごまあぶら さとう さといも ごまあぶら	ぎゅうにゅう しろごまつくね ぶたにく とうふ みそ	 こんにゃく たまねぎ にんじん ビーマン にんじん ごぼう だいこん ほししいたけ ねぎ	806	29.4
12 金	ハヤシライス(ごはん) 牛乳 さくさくサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 乳 (コムギ)	ごはん あぶら ごま たまねぎドレッシング	ぶたにく スキムミルク ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム トマト にんじん きゅうり キャベツ れんこん えだまめ	806	26.3
15 月	ごはん 中華風混ぜご飯の具 牛乳 たらフリッター(2コ) 担々ビーフンスープ	コムギ 乳 小麦 コムギ	ごはん あぶら きびざとう ごまあぶら あぶら ごまあぶら ビーフン きびざとう ごま	ぶたにく ぎゅうにゅう たらフリッター ぶたにく とりにく とうふ みそ	ねぎ たけのこ ほししいたけ こんにゃく にんじん ちんゲンサイ しょうが にんにく ねぎ にんじん キャベツ ちんゲンサイ	816	28.1
16 火	わかめご飯 牛乳 鯖の竜田揚げ ナムル(ドレッシング) 豚汁	乳 コムギ (コムギ)	わかめごはん あぶら かんこくナムルドレッシング あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ ぶたにく とうふ みそ	 もやし きゅうり にんじん こまつな しょうが ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ねぎ	790	30.6
17 水	サンマーメン(ホット中華麺) 牛乳 しゅうまい(2コ) 原宿ドッグ(チーズ)	コムギ (小麦) 乳 小麦 卵 乳 小麦	ホットちゅうかめん きびざとう でんぶ ごまあぶら はらじゅくドッグ	ぶたにく ぎゅうにゅう しゅうまい	にんにく しょうが キャベツ にんじん もやし たけのこ ねぎ なら	820	33.3
18 木	ごはん 牛乳 いかフライ すき焼き みかん	乳 小麦 コムギ	ごはん あぶら さとう あぶら	ぎゅうにゅう いかフライ ぶたにく やきどろふ	にんじん たまねぎ しらすき はくさい ねぎ しゅんぎく みかん	841	32.3
19 金	バターチキンカレー(麦ごはん) 牛乳 キャベツのサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 乳	むぎごはん あぶら じゃがいも きびざとう バター かんきつドレッシング	ぶたレバー とりにく ぎゅうにゅう スキムミルク なまクリーム ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト キャベツ コーン にんじん きゅうり	798	24.9
22 月	クリスマスチキンサンド(セサミバーズ) クリスマスチキン コールスロー(ドレッシング) 牛乳 ミネストローネ サンタさんのケーキ	(小麦) 小麦 乳 卵 乳 小麦	セサミバーズ あぶら コールスロードレッシング オリーブオイル じゃがいも ほしがたマカロニ きびざとう チョコケーキ	クリスマスチキン ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく	キャベツ コーン にんじん にんにく セロリ たまねぎ にんじん パセリ トマト	760	29.7
計 16 回		コムギは 醤油由来 です。	※はしは毎日持っていきましょう ※材料入荷の都合により献立の変更があります ※給食で使用している魚は骨取りではありません		平均 栄 養 量	802	28.9

※ アレルギー表記については、食材納入業者から提出された製品規格書の記載に基づき8大アレルギーのみ表記したものです。
※ コンタミネーションに関する表記はしていません。コンタミネーションについては学校給食センターまでお問い合わせください。
※ 中学校の献立で使われていない食材であっても、小学校の献立で使用している場合もあります。交差のないよう注意して調理しておりますが
同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
※ 主食工場では、次の食材を含む製品を製造しています。
・パン製造工場では、乳を含む製品を製造しています。
・製麺工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。
・米飯製造工場では、小麦を含む製品を製造しています。
※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。
※ ご家庭でも注意していただき、ご不明な点等がありましたら遠慮なく学校給食センター(0493-22-0741)までお問い合わせください。
※ 令和7年度2学期から、株式会社松屋フーズと連携し、食品(給食)残さの再生利用に取り組みます。

～12月の行事食～

19日 世界の料理(インド)
22日 クリスマス献立

年末年始の行事食

もうすぐ冬休みです。1年の
節目を迎えるこの休みに、
年越しそばやお節料理など
日本古来から伝わる食文化
にたくさんふれてください。



企業版ふるさと納税寄附企業のご紹介

株式会社Blitz様から企業版ふるさと納税でご寄附をいただきました。寄附金は学校給食運営事業に活用させていただきます。