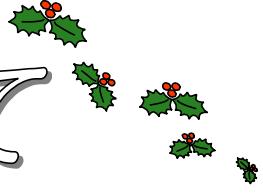


令和7年

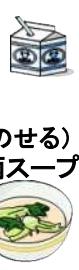
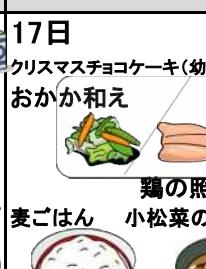
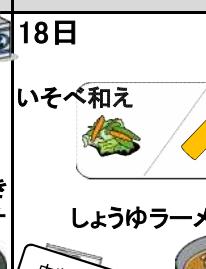
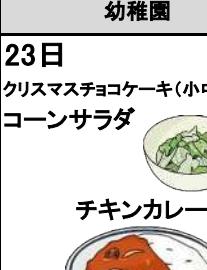


12月

こんだて



西郷村学校給食センター

月	火	水	木	金
1日 ごま酢和え  いわしのみぞれ煮 雑穀ごはん じゃがいものみそ汁	2日 ビビンバ丼(具をのせる) 春雨スープ 	3日 羽太小学校 創立記念献立 	4日 オニオンサラダ 和風きのこソースハンバーグ コッペパン 豆乳スープ 	5日 米小学校 創立記念献立 
幼稚園・川谷小・川谷中	幼稚園		米小6年生	幼稚園
8日 ナムル  麦ごはん しゅうまい 麻婆豆腐	9日 からし和え 氣仙沼かつおカツ・パックソース 黒米ごはん 凍み豆腐のみぞ汁 	10日 県産いちごホイップ大福 えだまめサラダ イカメンチ(カレー味) 麦ごはん ワンタンスープ 	11日 グリーンサラダ クリームグラタン にこにこパン オニオンスープ 	12日 小田倉小学校 創立記念献立 
幼稚園	幼稚園			
15日 たくわん和え  トマトソース肉団子 厚揚げのみぞ汁 麦ごはん	16日 ごぼうサラダ 三色そぼろごはん(具をのせる) わかめスープ 	17日 クリスマスチョコケーキ(幼のみ) おかか和え 鶏の照り焼き 麦ごはん 小松菜のみぞ汁 	18日 いそべ和え 春巻き しょうゆラーメン 中華麺 	19日 しょうが和え  さばの醤油煮 雑穀ごはん 大根のみぞ汁
幼稚園	幼稚園			幼稚園
22日 浅漬け  あじの塩焼き たまねぎのみぞ汁 雑穀ごはん	23日 クリスマスチョコケーキ(小中) コーンサラダ チキンカレーライス 	24日 終業式 	 <p>せっけんの しっかり手洗いで よぼう かぜ予防!</p>	
幼稚園	幼稚園	←給食が休みの学校	<p>冬休みがやってきます！</p> <p>長かった二学期も終わり、待ちに待った冬休みが やってきます。冬休み中には「クリスマス」「大晦日」「 元旦」と行事が目白押しです。 体調管理に努めて、楽しい冬休みを過ごしてください。</p>	

朝はしっかり  
食べるんジャー！朝は元気いっぱい  
動くんジャー！夜ふかしせずに  
寝るんジャー！

やさ  
休み中も早起きをして朝ごはんを  
きちんと食べると、その日を元気に  
スタートできる。とくに冬の野菜は  
栄養たっぷりだ。

そと  
からだで体を動かせば、体がぽかぽかあ  
たたまって気分もすっきり。おなか  
もすいておいしいごはんがたくさん  
食べられるぞ。

からだ  
体をしっかり休めないと、つかれが  
どんどんまとってくるぞ。ぐっすり  
眠って、つかれをとり、明日のパワー  
をためるのだ。



令和7年12月

**献立表**

毎月19日は食育の日です！

西郷村学校給食センター

日	曜	給食が お休みの 学校	献立名	かみ かみ	血や肉・骨になる	体の調子を整えるもとになる	熱や力のもとになる	調味料	家で 食べて ほしい 食品	栄養価	
					あか	みどり	きいろ			590	733
1	月	幼稚園 川谷小 川谷中	雑穀ごはん いわしのみぞれ煮 ごま酢和え じゃがいものみそ汁	牛乳		いわしのみぞれ煮 油揚げ わかめ	もやし にんじん とうもろこし こまつな だいこん ねぎ	雑穀ごはん ごま油 いりごま じゃがいも	濃口醤油 三温糖 みそ かつおだし	きのこ類	21.9 17.5 1.7
2	火	幼稚園	ビビンバ丼 春雨スープ	牛乳		豚肉 錦糸卵 鶏肉	しょうが もやし こまつな にんじん はくさい チンゲンサイ ねぎ	ごはん ごま油 いりごま はるさめ	濃口醤油 三温糖 酒 テンメンジャン 食塩 薄口醤油 中華スープの素 こしょう	海藻類	665 25.0 20.4 1.9
3	水		麦ごはん 豚肉のしょうが焼き ゆかり和え けんちゃん汁	牛乳	にこにこまめ(黒糖)	豚肉 豆腐 にこにこまめ(黒糖)	しょうが キャベツ きゅうり にんじん こんにゃく だいこん ねぎ ごぼう	麦ごはん さといも ごま油	濃口醤油 みりん 酒 ゆかり 食塩 みそ かつおだし	小魚類	633 28.4 17.6 2.5
4	木	米小6年生	コッペパン 和風きのこソースハンバーグ オニオンサラダ 豆乳スープ	牛乳		ハンバーグ 豆乳	たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり にんじん はくさい	コッペパン でんぶん じゃがいも	三温糖 酒 みりん 濃口醤油 ベシャ梅タルウ 食塩	果物類	671 26.8 22.5 3.5
5	金	幼稚園	わかめごはん 鶏肉の唐揚げ カレービーフ 豚汁	酪王いちごオレ		鶏肉 豚肉 豆腐	しょうが キャベツ にんじん チンゲンサイ だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	ごはん でんぶん ビーフン さといも ごま油 米油	わかめごはんの素 かつおだし みりん 濃口醤油 酒 食塩 カレー粉 こしょう 中華スープの素 みそ	きのこ類	675 29.5 19.0 3.3
8	月	幼稚園	麦ごはん しゅうまい ナムル 麻婆豆腐	牛乳		しゅうまい 鶏肉 豆腐	こまつな にんじん もやし しょうが にんにく たまねぎ ねぎ たけのこ	麦ごはん ごま油 ごま 米油 でんぶん	清口醤油 トクベンジャン みそ 濃口醤油 酒 三温糖 中華スープの素 テンメンジャン	海藻類	686 25.3 20.7 2.7
9	火	幼稚園	黒米ごはん 気仙沼かつおかつ・パックソース からし和え 凍み豆腐のみそ汁	牛乳		気仙沼かつおかつ 凍み豆腐	こまつな キャベツ もやし にんじん ねぎ	黒米ごはん じゃがいも	濃口醤油 からし粉 パックソース みそ かつおだし	小魚類	615 21.5 19.6 2.5
10	水		麦ごはん イカメンチ(カレー味) 県産いちごホイップ大福 えだまめサラダ ワンタンスープ	牛乳		イカメンチ(カレー味) えだまめ 鶏肉	きゅうり キャベツ たまねぎ はくさい にんじん しいたけ チンゲンサイ	麦ごはん 米油 ワンタン 県産いちごホイップ大福	穀物酢 食塩 こしょう 濃口醤油 鶏豚湯	果物類	723 24.3 19.5 1.8
11	木		にこにこパン クリームグラタン グリーンサラダ オニオンスープ	牛乳		鶏肉 脱脂粉乳 チーズ	たまねぎ マッシュルーム バセリ きゅうり ブロッコリー キャベツ とうもろこし にんじん	にこにこパン マカロニ 米油 小麦粉 バター	こしょう コンソメ 穀物酢 食塩	豆類	584 23.2 19.5 1.8
12	金		麦ごはん 鶏肉のねぎソース フレンチサラダ コンソメスープ	牛乳	いちごクレープ	鶏肉 ソナ チキンハム	ねぎ キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん とうもろこし	麦ごはん でんぶん じゃがいも いちごクレープ	濃口醤油 三温糖 穀物酢 酒 きび砂糖 食塩 こしょう コンソメ	海藻類	682 26.9 22.6 2.5
15	月	幼稚園	麦ごはん トマトソース肉団子 たくわん和え 厚揚げのみそ汁	牛乳		トマトソース肉団子 生揚げ	キャベツ だいこん きゅうり にんじん たくあん漬け しょうが ねぎ	麦ごはん じゃがいも ごま	みそ かつおだし	小魚類	561 20.7 14.2 2.1
16	火	幼稚園	三色そぼろごはん ごぼうサラダ わかめスープ	牛乳		鶏肉 炒り卵 わかめ 豆腐	しょうが グリーンピース ごぼう にんじん キャベツ はくさい ねぎ	麦ごはん ごま油	三温糖 濃口醤油 みりん ごまドレッシング 中華スープの素 食塩 こしょう	果物類	646 24.5 20.5 2.1
17	水		麦ごはん 鶏の照り焼き おかか和え 小松菜のみそ汁	牛乳	クリスマスチョコケーキ(幼のみ)	鶏肉	もやし にんじん キャベツ こまつな ねぎ	麦ごはん じゃがいも クリスマスチョコケーキ	清口醤油 酒 みりん 薄口醤油 かつお節 みそ かつおだし	豆類	618 26.9 16.3 2.6
18	木		しょうゆラーメン 春巻き いそべ和え	牛乳		豚肉 なると巻 春巻き 烧きのり	しょうが にんじん こまつな とうもろこし ねぎ キャベツ もやし	中華麺 米油	鶏豚湯 濃口醤油 こしょう	いも類	557 21.3 25.0 3.2
19	金	幼稚園	雑穀ごはん さばの醤油煮 しょうが和え 大根のみそ汁	牛乳		さばの醤油煮	こまつな キャベツ もやし にんじん しょうが だいこん ねぎ	雑穀ごはん じゃがいも	濃口醤油 みそ かつおだし	海藻類	620 29.9 18.6 2.5
22	月	幼稚園	雑穀ごはん あじの塩焼き 浅漬け たまねぎのみそ汁	牛乳		あじの塩焼き 油揚げ	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ	雑穀ごはん じゃがいも	食塩 薄口醤油 みそ かつおだし	果物類	558 25.2 14.1 3.2
23	火	幼稚園	チキンカレーライス コーンサラダ	牛乳	クリスマスチョコケーキ(小・中)	鶏肉	にんにく しょうが たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも 米油 クリスマスチョコケーキ	カレールウ チャツキ 中華ソース クリスマスチョコケーキ フレンドレッシング	豆類	703 21.6 20.6 2.3
24	水										

**終業式**

※ 精白米は、西郷産のものを使用しております。また、太字で表記してある食材は地場産のものです。

※ 都合により、献立や食材が変更になりますのでご了承ください。