



令和7年12月分 献立予定表

毎月19日は「食育の日～おうちごはんの日」



今年度は町で1食小学生50円、
中学生60円を負担して子育て世
帯を応援します。

武豊町学校給食センター

| 日付 | 曜日 | こんだてめい | 体をつくるもとになる食品 | | 体の調子をととのえるもとになる食品 | | エネルギーのもとになる食品 | | 小 中 | |
|-----|----|-------------------------|-----------------|-----------|-------------------|----------------------|---------------|--------|-------------|------|
| | | | 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | 6群 | エネルギー(kcal) | |
| | | | 魚・肉・卵・豆・豆製品 | 乳製品・小魚・海藻 | 緑黄色野菜 | その他の野菜・果物・きのこ | 米・パン・めん・いも・砂糖 | 油脂・種実 | たんぱく質(g) | |
| 1月 | 月曜 | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | ごはん | | 668 | 833 |
| | 火曜 | コロッケ | 豚肉 牛肉 | | にんじん バセリ | 玉ねぎ | じゃがいも バン粉 小麦粉 | 油 | | |
| | 水曜 | おかかあえ | ツナ かつお節 | | 小松菜 にんじん | キャベツ | 砂糖 | | 24.5 | 29.3 |
| | 木曜 | ばかばかじる | 豚肉 油揚げ 豆腐 みそ | | にんじん ねぎ | ねぎ はくさい 大根 | 酒かす | | | |
| 2月 | 月曜 | むぎごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 麦ごはん | | 616 | 800 |
| | 火曜 | レバーいりつくね(小2こ中3こ) | 鶏肉 | | | 玉ねぎ | でんぶん 砂糖 | | | |
| | 水曜 | かんとうに | 揚げポール 生揚げ うずら卵 | 昆布 | にんじん | 大根 こんにゃく | 里いも | | 24.0 | 29.5 |
| | 木曜 | アーモンドあえ | ツナ | | 小松菜 にんじん | キャベツ | 砂糖 | アーモンド | | |
| 3月 | 月曜 | ソフトめん 牛乳 | | 牛乳 | | | ソフトめん | | 683 | 846 |
| | 火曜 | ミートソース | 豚肉 大豆 | | にんじん | 玉ねぎ エリンギ | 砂糖 | 油 | | |
| | 水曜 | れんこんとみずなのサラダ | ツナ | | 水菜 | れんこん キャベツ とうもろこし | | ドレッシング | 25.9 | 31.5 |
| | 木曜 | みかん | | | | みかん | | | | |
| 4月 | 月曜 | むぎごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 麦ごはん | | 693 | 872 |
| | 火曜 | はるまき | 豚肉 | | にんじん にら | キャベツ もやし エリンギ | 小麦粉 | 油 | | |
| | 水曜 | なまあげのちゅうかに | 生揚げ 豚肉 | | にんじん チンゲンサイ | 玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 生姜 | 砂糖 でんぶん | | 25.7 | 30.9 |
| | 木曜 | きりぼしだいこんのちゅうかあえ | ツナ | | にんじん | 切り干し大根 キャベツ | 砂糖 | ごま油 | | |
| 5月 | 月曜 | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | ごはん | | 657 | 817 |
| | 火曜 | さわらのゆずみそかけ | さわら みそ | | | ゆず | 砂糖 でんぶん | 油 | | |
| | 水曜 | かぶのあまずあえ | 鶏肉 | | にんじん | かぶ | 砂糖 | 油 | 27.6 | 33.0 |
| | 木曜 | けんちんじる | 豆腐 油揚げ | | にんじん ねぎ | ねぎ 大根 ごぼう 干し椎茸 | 里いも でんぶん | | | |
| | 金曜 | ヨーグルト | | ヨーグルト | | | | | | |
| 6月 | 月曜 | むぎごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 麦ごはん | | 661 | 839 |
| | 火曜 | にくだんごのあんかけ(小4~6こ、中7~8こ) | 豚肉 鶏肉 | | | 玉ねぎ | でんぶん 砂糖 | 油 | | |
| | 水曜 | れんこんきんぴら | 鶏肉 ちくわ | | にんじん さやいんげん | れんこん | 砂糖 | 油 | 27.3 | 33.1 |
| | 木曜 | とうにゅういりぶたじる | 豆乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ | | にんじん ねぎ | ねぎ 大根 | 里いも | | | |
| 7月 | 月曜 | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | ごはん | | 689 | 869 |
| | 火曜 | チキンライスのぐ | 鶏肉 | | にんじん トマト | 玉ねぎ | | 油 | | |
| | 水曜 | さばのカレーやき | さば | | | にんにく | 小麦粉 でんぶん | 油 | 28.0 | 33.8 |
| | 木曜 | やさいスープ | ソーセージ | | にんじん | はくさい もやし エリンギ とうもろこし | | | | |
| 8月 | 月曜 | むぎごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 麦ごはん | | 629 | 812 |
| | 火曜 | マーボーだいこん | 豆腐 豚肉 大豆 みそ | | ねぎ にんじん | ねぎ 大根 玉ねぎ 生姜 | 砂糖 でんぶん | | | |
| | 水曜 | おかしゅうまい(小2こ中3こ) | 豚肉 大豆 おから | | | 玉ねぎ | 小麦粉 でんぶん | | 25.6 | 32.0 |
| | 木曜 | りんご | | | | りんご | | | | |
| 9月 | 月曜 | ロールパン 牛乳 | | 牛乳 | | | パン | | 656 | 827 |
| | 火曜 | ハムステーキ | ハム | | | | 油 | | | |
| | 水曜 | プロッコリーサラダ | ツナ | | プロッコリー | キャベツ とうもろこし | | ドレッシング | 29.5 | 36.5 |
| | 木曜 | ほうれんそうのポタージュ | ベーコン | 牛乳 | にんじん ほうれんそう | 玉ねぎ エリンギ | | | | |
| 10月 | 月曜 | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | ごはん | | 642 | 810 |
| | 火曜 | たらぎんがみやき | たら みそ | | | | 砂糖 | 油 | | |
| | 水曜 | にくじやが | 豚肉 さつま揚げ | | にんじん さやいんげん | 玉ねぎ こんにゃく | じやがいも 砂糖 | 油 | 30.5 | 36.4 |
| | 木曜 | ささみとこまつなのあえもの | 鶏肉 | | 小松菜 | もやし | 砂糖 | 油 | | |
| 11月 | 月曜 | わかめごはん 牛乳 | | 牛乳 わかめ | | | ごはん | | 637 | 802 |
| | 火曜 | キャベツいりメンチカツ | 牛肉 豚肉 | | | キャベツ 玉ねぎ | パン粉 小麦粉 | 油 | | |
| | 水曜 | ちぐさあえ | ツナ | | 小松菜 にんじん | キャベツ | 砂糖 | | 24.7 | 30.8 |
| | 木曜 | かきたまじる | 鶏肉 卵 豆腐 | | にんじん ねぎ | ねぎ 玉ねぎ えのきたけ | でんぶん | | | |
| 12月 | 月曜 | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | ごはん | | 638 | 809 |
| | 火曜 | いわしのしょうがに | いわし | | | 生姜 | 砂糖 | | | |
| | 水曜 | ぶたにくとだいこんのにもの | 豚肉 さつま揚げ | | にんじん さやいんげん | 大根 こんにゃく 干し椎茸 | 砂糖 | 油 | 25.1 | 30.3 |
| | 木曜 | ひじきのごまざあえ | ハム | ひじき | | キャベツ とうもろこし | 砂糖 | ごま ごま油 | | |



令和7年12月分 献立予定表

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」



今年度は町で1食小学生50円、中学生60円を負担して子育て世帯を応援します。

武豊町学校給食センター

| 日付 | 曜日 | こんだてめい | 体をつくるもとになる食品 | | 体の調子をととのえるもとになる食品 | | エネルギーのもとになる食品 | | 小 中 | |
|----|----|------------------|--------------|-----------|-------------------|-----------------------|-----------------------|------------|-------------|------|
| | | | 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | 6群 | エネルギー(kcal) | |
| | | | 魚・肉・卵・豆・豆製品 | 乳製品・小魚・海藻 | 緑黄色野菜 | その他の野菜・果物・きのこ | 米・パン・めん・いも・砂糖 | 油脂・種実 | たんぱく質(g) | |
| 17 | 水 | むぎごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 麦ごはん | | 645 | 808 |
| | | カレー | 豚肉 | | にんじん | 玉ねぎ エリンギ にんにく りんご | じゃがいも | 油 | | |
| | | ココアまめ | 大豆 きな粉 | | | | 砂糖 | | 23.4 | 27.8 |
| | | コーンサラダ | ツナ | | にんじん | とうもろこし キャベツ | | ドレッシング | | |
| 18 | 木 | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | ごはん | | 637 | 818 |
| | | ビビンバ | 豚肉 みそ | | にんじん チンゲンサイ | にんにく はくさい 大豆もやし | 砂糖 でんぶん | ごま油 | | |
| | | いかフライのレモンソースかけ | いか | | | レモン | パン粉 小麦粉 砂糖 | 油 | 24.8 | 32.0 |
| | | ワンタンスープ | ペーパン | | にんじん ねぎ | ねぎ たけのこ 玉ねぎ とうもろこし | ワンタン皮 | | | |
| 19 | 金 | むぎごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 麦ごはん | | 635 | 806 |
| | | とりにくのしおこうじやき | 鶏肉 | | | | でんぶん | 油 | | |
| | | ひじきのいために | 豚肉 さつま揚げ | ひじき | にんじん | | 砂糖 | 油 | 26.5 | 35.0 |
| 22 | 月 | さといもとだいこんのみそしる | 豆腐 油揚げ みそ | わかめ | にんじん ねぎ | ねぎ 大根 玉ねぎ | ねぎ たけのこ 玉ねぎ とうもろこし | 里いも | | |
| | | クロワッサン 牛乳 | | 牛乳 | | | パン | | 708 | 825 |
| | | ハンバーグのケチャップソースかけ | 鶏肉 | | | 玉ねぎ | 砂糖 でんぶん | 油 | | |
| | | かぼちゃサラダ | ツナ | | かぼちゃ | 枝豆 | 砂糖 | ノンエッグマヨネース | | |
| | | ABCスープ | 鶏肉 | | にんじん | 玉ねぎ とうもろこし エリンギ | マカロニ じゃがいも | | 25.7 | 31.0 |
| | | セレクトデザート | | | | | | | | |
| | | A:2つのプチュー | 卵 | 牛乳 | | | 小麦粉 | | | |
| | | B:カップケーキ | 豆乳 大豆 | | | | 砂糖 米粉 | 油 | | |
| | | C:いちごゼリー | | | いちご | | 砂糖 | | | |

※物資の都合により、献立を変更する場合があります。 ※加工食品の食材は、主な原料を表記しています。

給食予定回数 16回

| | | |
|-----|------|------|
| 平均値 | 656 | 825 |
| | 26.2 | 32.0 |
| 基準値 | 650 | 830 |
| | 26.0 | 34.0 |

寒さに負けず、冬を元気に過ごそう！

いよいよ冬本番を迎え、朝晩の冷え込みが厳しくなりました。寒いと手を洗うのが億劫になりがちですが、風邪や胃腸炎などの感染症を防ぐには、せっけんを使った丁寧な手洗いが肝心です。また、食事や睡眠をしっかりとって抵抗力を高め、風邪をひきにくい丈夫な体をつくりましょう。



【12月に使う地元産の食材】

〈武豊町〉 みそ キャベツ 大根 白菜

〈知多半島〉 小松菜

〈愛知県〉 豚肉 うずら卵 にんじん 里いも かぶ
れんこん みかん ブロッコリー チンゲンサイ

風邪予防に とりたい栄養素と食べ物

丈夫な体をつくる



強い抗酸化作用で体を守る



新給食センターを建設中です！

給食センターの老朽化に伴い、旧大高保育園跡地に新給食センターを建設中です。

令和8年9月から新給食センターでの調理開始予定です。
工事の途中経過の写真は、随時武豊町のホームページで掲載していきます。



冬至は1年のうちで最も太陽が低い位置に来るため、昼が短く、夜が長くなります。昔は、太陽の力が最も弱くなる日とされ、この日を境に太陽が生まれ変わり、運が向いてくると考えられていたことから、ゆず湯で身を清め、邪気を払う小豆や、「ん」のつく食べ物を食べて「運」を呼び込む風習があります。

「ん」のつく食べ物で「運」を呼び込もう！

