令和7年　12月分　学校給食献立表

<お願い>アレルギーをお持ちの方は、使用している食品を必ずご確認ください。＊印は卵を使用したメニュー、献立です。<直送>は業者から学校へ直接配送する食品です。

池田市教育委員会
池田市立学校給食センター

日・曜日	1（月）	2（火）	3（水）	4（木）	5（金）	8（月）	9（火）	10（水）	11（木）	12（金）	15（月）	16（火）	17（水）
こんだて	ごはん ぎゅうにゅう ＊たまごいりながささふうとりちゃづけ あじのうめふうみやき いけだのさつまいもとりんごのあまに きざみのり	ごはん ぎゅうにゅう ほそかわだいこんとベーコンのスープ しろみざかなのあまずあん ブロッコリーのサラダ	パーカーパン ぎゅうにゅう ポトフ チキンカツ スライスチーズ	ごはん はっこうにゅう（アシドミルク） ふゆやさいキーマカレー ごぼうサラダ ミニゼリー（アセロラ）	ごはん ぎゅうにゅう はっぽうさい ぼうぎょうざ ピーチしらたま ミニフィッシュ	ごはん ぎゅうにゅう とりにくとじゃがいものみそに ほっけいちやぼし いんげんのごまいため	ごはん ぎゅうにゅう わかめのすましじる おこのみやき ＊たまごいりだいこんしりしり	コッペパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ ミンチカツ かぶのサラダ りんごジャム	ごはん はっこうにゅう(ジョア) マーボーあつあげ だいがくいも やさいいため	なめし ぎゅうにゅう みぞれじる にしんのにつけ れんこんのあおのりいため	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ はるまき ぶたキムチ	ごはん はっこうにゅう（アシドミルク） ポークカレー えだまめコーン フルーツナタデココ	あげパン ぎゅうにゅう みそラーメン まぐろのフレークに ハイチーズ ペアクエスト
ざいりょう	精白米 75	精白米 70	パーカーパン 1コ	精白米 75	精白米 70	精白米 70	精白米 70	コッペパン 1コ	精白米 70	精白米 75 なめしの素 1.5	精白米 70	精白米 75	コッペパン(小麦40g) 1コ 揚げ油 4 グラニュー糖 10
	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	はっ酵乳(アシドミルク) 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	はっ酵乳(ジョア) 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	はっ酵乳(アシドミルク)（クリスマス柄） 1本	普通牛乳 1本
	＊液卵 15 ささみフレーク 30 大根 25 白菜 15 白ねぎ 3 冷凍おろししょうが 0.5 干しいたけ 0.2 ガラスープ 20 淡口しょうゆ 4 日本酒 1 食塩 0.1 ごま油 1	ベーコン 10 **細河大根** 25 じゃがいも 20 玉ねぎ 15 人参 5 小松菜 5 豆乳(無調整) 20 ホワイトルウ(乳・小麦不使用) 9 ポークブイヨン 5 食塩 0.3	豚肉 20 じゃがいも 30 玉ねぎ 20 人参 10 ほうれん草 10 ポークブイヨン 5 淡口しょうゆ 2.7 食塩 0.25 こしょう 0.02	豚ひき肉 25 玉ねぎ 25 里芋 20 大根 20 人参 10 冷凍おろしにんにく 0.15 カレールウA 8 カレールウB 8 ポークブイヨン 6 濃口しょうゆ 0.5 なたね油 1	豚肉 25 切りか 15 白菜 40 玉ねぎ 35 人参 15 緑豆もやし 15 生しいたけ 5 淡口しょうゆ 3.5 オイスターソース 0.6 食塩 0.3 こしょう 0.04 片栗粉 3 なたね油 1	鶏肉 細切れ 35 じゃがいも 20 カットポテト 15 玉ねぎ 30 人参 15 つきこんにゃく 10 小松菜 5 冷凍おろししょうが 0.5 赤みそ 4 濃口しょうゆ 3 砂糖 1.5 削り節 1	鶏肉 細切れ 30 豆腐 20 乾燥わかめ 0.3 玉ねぎ 15 人参 10 えのきたけ 5 淡口しょうゆ 5 食塩 0.1 削り節 2 だし昆布 0.2	豚肉 30 大豆 8 玉ねぎ 30 じゃがいも 15 カットポテト 15 人参 15 しめじ 10 トマトピューレー 8 グリンピース 3 トマトケチャップ 10 ウスターソース 5 ポークブイヨン 5 食塩 0.35 こしょう 0.02 なたね油 0.5	豚ひき肉 30 厚揚げ(小) 45 玉ねぎ 35 たけのこ 10 人参 10 白ねぎ 5 冷凍おろししょうが 1 冷凍おろしにんにく 0.1 八丁味噌 4.5 濃口しょうゆ 2.5 砂糖 1 日本酒 0.5 トウバンジャン 0.1 食塩 0.1 片栗粉 0.75	鶏肉 細切れ 25 大根 20 冷凍大根おろし 20 玉ねぎ 10 人参 10 青ねぎ 3 冷凍おろししょうが 0.5 淡口しょうゆ 4.5 みりん 1.5 日本酒 1 削り節 2	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 20 なると 10 乾燥わかめ 0.3 玉ねぎ 15 白菜 15 人参 10 ガラスープ 18 淡口しょうゆ 3.5 食塩 0.5 こしょう 0.02	豚肉 30 玉ねぎ 30 じゃがいも 15 カットポテト 15 人参 10 冷凍おろしにんにく 0.15 カレールウA 8 カレールウB 8 ポークブイヨン 6 濃口しょうゆ 0.5 なたね油 1	普通牛乳 1本 中華めん 40 焼き豚 20 キャベツ 15 玉ねぎ 10 人参 10 たけのこ 5 青ねぎ 3 ガラスープ 20 赤みそ 8 濃口しょうゆ 1 食塩 0.35 こしょう 0.03 なたね油 1
	あじ切身(50g) 1コ 梅肉 2 砂糖 0.9 みりん 0.8 片栗粉 0.4	白身魚でんぷん付(40g) 1コ 揚げ油 4 冷凍おろししょうが 0.33 濃口しょうゆ 2.3 砂糖 2 食酢 1.5 日本酒 1 片栗粉 0.3	チキンカツ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 4	ボンレスハム 8 ささがきごぼう 10 人参 5 むきえだまめ 3 白いりごま 0.8 ノンエッグマヨ 3.5 淡口しょうゆ 0.35	棒ぎょうざ(40g) 1コ 白玉団子(加糖) 30 黄桃(缶詰) 20 砂糖 1	ほっけ一夜干し(50g) 1コ 豚肉 10 さやいんげん 15 人参 7 白すりごま 0.25 白いりごま 0.25 砂糖 1 淡口しょうゆ 0.6 みりん 0.3 ごま油 0.5	お好み焼き(50g) 1コ 濃厚ソース 4 ＊いり卵 5 まぐろ油漬 10 **細河大根** 25 和風だし 0.4 濃口しょうゆ 0.3 食塩 0.01 ごま油 0.5	ミンチカツ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 4 ボンレスハム 8 かぶ 25 ホールコーン 5 ごまドレッシング 4 りんごジャム(15g) 1コ	さつまいも 40 揚げ油 4 黒いりごま 0.2 砂糖 5 濃口しょうゆ 0.5 鶏肉 細切れ 20 キャベツ 10 人参 10 淡口しょうゆ 1.2 食塩 0.1 こしょう 0.02 片栗粉 0.3 なたね油 0.5	にしんの煮付け(40g) 1コ 豚肉 15 れんこん 10 人参 5 あおのり 0.06 ウスターソース 2.5 みりん 1 ごま油 0.5	春巻き(50g) 1コ 揚げ油 4 豚肉 25 白菜キムチ 10 人参 5 にら 2 濃口しょうゆ 0.1 食塩 0.01 なたね油 0.5	カットウインナー 10 むきえだまめ 10 ホールコーン 5 人参 5 濃口しょうゆ 0.4 砂糖 0.2 なたね油 0.5 パイン(缶詰) 25 ナタデココ 20	まぐろ油漬 20 さつま揚げ 8 人参 8 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.9 ハイチーズ(12g) 1コ
	細河さつまいも 22 **スマイルさつまいも** 4.5 りんご(缶詰) 20 砂糖 1	ささみフレーク 10 ブロッコリー 25 人参 5 醤油ドレッシング 4	スライスチーズ(15g) 1コ		ミニフィッシュ(5g) 1コ								
	きざみのり(0.3g) 1コ												
ｴﾈﾙｷﾞｰ	601 kcal	610 kcal	560 kcal	614 kcal	640 kcal	598 kcal	627 kcal	653 kcal	696 kcal	609 kcal	672 kcal	621 kcal	609 kcal
蛋白質	33.2 g	26.1 g	29.1 g	19.2 g	27.5 g	30.7 g	23.3 g	29.8 g	25.8 g	27.6 g	24.9 g	20.8 g	26.3 g
脂質	16.6 g	21.9 g	24.3 g	15.3 g	15.9 g	19.3 g	24.8 g	25.7 g	21.2 g	20.9 g	28 g	13.2 g	26 g

日・曜日	18（木）	19（金）	22（月）	23（火）<振替日>
こんだて	ごはん ぎゅうにゅう ミネストローネ ハンバーグのデミソース セルフピラフ プチケーキ	ごはん ぎゅうにゅう 毎月19日 食育の日 だいずのへんしんみそしる さばのしおやき こまつなのいためもの のりつくだに	ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃのそぼろに れんこんのはさみあげ ゆずゼリー なっとうふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ にくだんごのあまずあん ひじきのちゅうかあえ
ざいりょう	精白米 70	精白米 70	精白米 70	精白米 70
	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本
	豚肉 25 玉ねぎ 20 ソテードオニオン 10 キャベツ 15 トマト水煮 15 人参 10 トマトピューレー 5 冷凍おろしにんにく 0.1 パセリ(乾) 0.03 ポークブイヨン 15 砂糖 1 トマトパウダー 1 食塩 0.65	鶏肉 細切れ 10 豆腐 15 厚揚げ(小) 10 ミニがんもどき 10 白菜 20 人参 5 青ねぎ 3 赤みそ 6 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1	鶏ひき肉 30 さつま揚げ 10 かぼちゃ 40 玉ねぎ 20 人参 15 こんにゃく 10 さやいんげん 5 濃口しょうゆ 5 砂糖 2 日本酒 1 みりん 1 削り節 0.5 なたね油 1	鶏肉 細切れ 25 緑豆はるさめ 3 白菜 20 玉ねぎ 15 人参 10 にら 3 ポークブイヨン 10 淡口しょうゆ 4 食塩 0.3 こしょう 0.02
	ハンバーグ(50g) 1コ デミグラスソース 5 トマトケチャップ 3 ウスターソース 2 トマトピューレー 0.4	さば切身(50g) 1コ 精製塩 0.1		ミートボール(大)(20g) 2コ 冷凍おろししょうが 0.5 濃口しょうゆ 2.3 砂糖 2 食酢 1.5 日本酒 1 片栗粉 0.3
	鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 15 人参 5 マッシュルーム 5 ポークブイヨン 3 食塩 0.15 スープストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	豚肉 10 小松菜 10 玉ねぎ 10 人参 5 濃口しょうゆ 1 食塩 0.02 こしょう 0.01 なたね油 0.5	れんこんのはさみ揚げ(40g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 4 ブロックゼリー(ゆず) 40	まぐろ油漬 10 干しひじき 0.5 きゅうり 10 人参 5 ホールコーン 5 食酢 2 砂糖 1.5 濃口しょうゆ 1.5 ごま油 1
	クリスマスケーキ(チョコ)(24g) 1コ (卵・乳・小麦不使用)<直送>	のり佃煮(10g) 1コ	納豆ふりかけ(2g) 1コ	
	クリスマス献立	**食育の日 大豆の変身**	**冬至献立**	
ｴﾈﾙｷﾞｰ	672 kcal	683 kcal	639 kcal	596 kcal
蛋白質	27.2 g	30.3 g	22.7 g	24.3 g
脂質	24.3 g	29.2 g	18.9 g	21.9 g

<学校給食用半製品の材料>

保存料は使用していません

1日(月)	3日(水)	5日(金)	5日(金)	9日(火)	10日(水)	12日(金)	15日(月)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	22日(月)	22日(月)
＊液卵	チキンカツ(50g)	棒ぎょうざ(40g)	白玉団子(加糖)	お好み焼き(50g)	ミンチカツ(50g)	にしんの煮付け(40g)	春巻き(50g)	グラニュー糖	クリスマスケーキ(チョコ)(24g)(卵乳小麦不使用)	ミニがんもどき	れんこんのはさみ揚げ(40g)	納豆ふりかけ(2g)
鶏卵	鶏ムネ肉 ［衣］ パン粉(小麦) 澱粉加工品 砂糖 食塩 植物性タンパク(小麦) コショウ 酵母エキス 加工澱粉 増粘多糖類	キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ にら しょうが 豚肉 鶏肉 粒状・粉末状植物性たん白(大豆) パン粉（小麦） 豚脂 加工でん粉 砂糖 食塩 酵母エキス 食用植物油脂(大豆)	米粉 砂糖 加工でん粉 酵素製剤	キャベツ ミックス粉(小麦) 小麦粉 米粉 澱粉 (コーンスターチ) 食塩 グラニュー糖 小麦でん粉(小麦) ぶどう糖 たん白加水分解物(小麦・大豆) 増粘剤 (グァーガム キサンタンガム) 植物油脂 天かす 小麦粉 こめ油 食塩 風味調味料 (小麦) 酵母エキス 豚肉 かつおだし	豚肉 鶏肉 たまねぎ パン粉(小麦) でん粉(馬鈴薯) 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料 ［衣］ パン粉 (小麦・大豆) バッター粉 (小麦・大豆) 増粘多糖類	にしん 三温糖 醤油 発酵調味料 食塩 加工澱粉 生姜	野菜 たまねぎ キャベツ にんじん もやし たけのこ 植物油脂 (ごま　大豆) 小麦粉 粒状植物性 たん白(大豆) 鶏肉 しょうゆ ショートニング (大豆) はるさめ 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料 ［皮］ 小麦粉 植物油脂(大豆) 粉あめ ショートニング (大豆) 粉末油脂 食塩 グルテン(小麦) 加工でん粉 ソルビトール 増粘剤 加工でん粉 キサンタンガム 乳化剤	原料糖 甘蔗原料糖 てん菜原料糖	豆乳(大豆) 砂糖 加工油脂 水あめ 米粉 ココアパウダー 大豆粉(大豆) 植物油 こんにゃく加工品 水あめ こんにゃく粉 でん粉 清涼飲料水 加工デンプン トレハロース 乳化剤 増粘剤 カードラン アルギン酸エステル 炭酸Ca セルロース 膨張剤 安定剤 (増粘多糖類) 香料 ピロリン酸第二鉄 メタリン酸Na	豆腐(大豆) 粉状大豆 たん白(大豆) にんじん でん粉 米粉 揚げ油 (なたね油) 豆腐用凝固剤	れんこん パン粉(小麦) バッターミックス粉 食塩 香辛料(コショー) とうもろこし澱粉 食物繊維 酵母エキス 加工澱粉(キャッサバ) 増粘剤(加工澱粉) 鶏肉 豚肉 玉ねぎ 食塩 コショー	大豆 納豆菌 ［だし］ ぶどう糖 食塩 デキストリン 鰹節粉末 鰹エキス 宗田鰹節粉末 昆布粉末 椎茸エキス 鰹骨粉末 砂糖 酵母エキス 乾燥酵母 でん粉 植物油脂 かぼちゃ のり
りんご(缶詰)	砂糖	植物性タンパク(小麦)	ほっけ一夜干し(50g)	澱粉(コーンスターチ)	食塩	加工澱粉	生姜	18日(木) ハンバーグ(50g)				
りんご	酸化防止剤(ビタミンC)	酵母エキス	ホッケ	グラニュー糖	酵母エキス	15日(月)		鶏肉				
砂糖混合異性化液糖	酸味料	食用植物油脂(大豆)	塩	小麦でん粉(小麦)	香辛料	なると		豚肉				
	乳酸カルシウム		9日(火)	ぶどう糖	［衣］			たまねぎ				
			＊いり卵	たん白加水分解物(小麦・大豆)	パン粉	魚肉		粒状植物性				
				増粘剤	(小麦・大豆)	馬鈴薯澱粉		たん白(大豆)				
				(グァーガム	バッター粉	砂糖		豚脂				
				キサンタンガム)	(小麦・大豆)	発酵調味料		でん粉				
				植物油脂	増粘多糖類	食塩		砂糖				
				天かす		還元水飴		トマトケチャップ				
				小麦粉		なたね油		植物油脂(大豆)				
				こめ油		加工澱粉		乾燥マッシュポテト				
				食塩		トマト色素		野菜ペースト				
きざみのり(0.3g)	ミニゼリー(アセロラ)(22g)							香辛料				
乾海苔	異性化液糖			11日(木)・17日(水)				オニオンエキスパウダー				
	アセロラ濃縮果汁				たけのこ			食塩				
	還元水あめ							酵母エキス				
	ゲル化剤				筍			加工デンプン				
	酸味料							炭酸Ca				
	(クエン酸				クエン酸			調味料				
	クエン酸Na)							(無機塩)				
2日(火)	ムラサキイモ色素					12日(金)	16日(火)	焼成Ca				23日(火)
白身魚でんぷん付(40g)	トウガラシ色素					れんこん	ナタデココ	ピロリン酸鉄				ミートボール(大)(20g)
	クチナシ赤色素							着色料(ココア)				
助宗タラ	香料					蓮根	ナタデココ	硫酸Ca				
澱粉	アセロラフレーバー					酢酸	砂糖・ぶどう糖					
(コーンスターチ)	消泡剤					ビタミンC	果糖液糖					
						メタリン酸Na	クエン酸					

<お知らせ>

○加工食品等は、「学校給食用半製品の材料」に原材料を記載しています。アレルギーをお持ちの方は、必ずご確認ください。
○年間を通じて使用する調味料や加工食品等については、配合内容を一覧にして、各学校園に配布しています。必要とされる方は、学校園、もしくは、学校給食センターまでお申し出ください。
○えび・かに・そば・落花生は使用していません。
○12月に使用するお米は、豊能町でとれた「キヌヒカリ」を使用しています。

今月の給食で使用している旬の食材

細河大根・細河さつまいも・スマイルさつまいも・小松菜

ブロッコリー・里芋・大根・ごぼう・白菜・キャベツ・ねぎ

かぶ・れんこん・マッシュルーム・いか・ほっけ・まぐろ・のり

ゆず・りんご

令和7年度 池田産給食献立コンテスト 採用献立
(池田市内の小学生が考えた給食)

実施日	献立名	考えた人の学校名
2日(火)	細河大根とベーコンのスープ	秦野小学校
9日(火)	＊卵入り大根しりしり	呉服小学校

※給食で提供するために内容を一部変更している場合があります

ホームページ　Instagram

毎日の献立をホームページやインスタグラムで見ることができます。