

令和7年12月

## 予定献立表

【小学校】  
館林市立学校給食センター

日	曜日	献立名	スプーン	食品名						エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	栄養価
				あか からだをつくる		みどり からだのちょうどいとこえる		きいろ エネルギーのもとになる			
【1群】 魚・肉 卵・豆製品	【2群】 牛乳・乳製品 小魚・海そう	【3群】 緑黄色野菜	【4群】 その他の野菜・果物	【5群】 米・パン・めん いも・砂糖	【6群】 油脂 種実						
1 月	月	ごはん	ぎゅうにゅう	にくだんご② おかかあえ かんとうに	かつおぶし とりにく ちくわ さつまあげ	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん	キャベツ こんにゃく だいこん もやし たまねぎ	ごはん じゃがいも さとう パン	あぶら	568 25.9 13.8
2 火	火	くろパン	ぎゅうにゅう	【じばさんレシピ：はくさい】 ツナオムレツ イタリアンサラダ はくさいのシチュー	○ ツナ たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	あかビーマン なまクリーム パセリ	キャベツ <b>きゅうり</b> コーン たまねぎ はくさい	パン さとう じゃがいも	あぶら	626 22.5 24.0
3 水	水	ごはん	ぎゅうにゅう	ビビンバ (にくみそ) ビビンバ (ナムル) はるさめスープ ミニりんごゼリー	○ とりにく だいす なると	ぶたにく にんじん	ほうれんそう にんじん チンゲンサイ	にんにく ぜんまい キャベツ ねぎ もやし	ごはん さとう ゼリー はるさめ	あぶら ごまあぶら ごま	581 23.9 17.9
4 木	木	ごはん	ぎゅうにゅう	のりしおからあげ やさいいため わかめのみそしる	とりにく みそ 示なにく さつまあげ どうふ あぶらあげ わかめ	ぎゅうにゅう	にんじん	しようが にんにく あおのり さやえんどう キャベツ もやし だいこん ねぎ	ごはん でんぶん	あぶら	624 31.1 19.2
5 金	金	ごはん	ぎゅうにゅう	あかうおのさいきょうやき さつまいもごはんのぐ すいとん	○ あかうお みそ とりにく ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	えだまめ しいたけ だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さつまいも さとう すいとん	あぶら	625 30.0 15.0
8 月	月	ごはん	ぎゅうにゅう	チャーハンのぐ ぼうぎょうざ トックスープ	○ やきハム だいす たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん チングンサイ にら	たまねぎ にんにく ねぎ もやし キャベツ しょうが	ごはん トック	あぶら ごまあぶら ぎょうざのかわ	603 22.8 17.3
9 火	火	きなこあげパン	ぎゅうにゅう	にこみうどん ごぼうサラダ チーズ②	きなこ なると あぶらあげ とりにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん チーズ あかビーマン ほうれんそう	ねぎ だいこん あかビーマン キャベツ <b>きゅうり</b>	パン さとう うどん	あぶら	642 25.9 27.8
10 水	水	ごはん	ぎゅうにゅう	【ミツカンていきょうこんだて】 なっとう ほうれんそうのごまあえ おうごんに	○ なっとう なまあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	こんにゃく たまねぎ たけのこ キャベツ もやし	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	614 27.5 19.8
11 木	木	パーカーハウス	ぎゅうにゅう	えびカツ コーンサラダ ミネストローネ	○ えび たら バーコン だいす	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん トマト	だいこん コーン キャベツ にんじん たまねぎ セロリー	パン でんぶん じゃがいも さとう	あぶら オリーブ油 21.7	587 22.8
12 金	金	むぎごはん	ぎゅうにゅう	チキンカレー かいそうじゃこサラダ オレンジ	○ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん スキムilk かいそう ちりめんじゃこ	たまねぎ にんにく りんご キャベツ <b>きゅうり</b> オレンジ	むぎごはん じゃがいも さとう	あぶら	660 20.9 16.8
15 月	月	ごはん	ぎゅうにゅう	【おおさか・かんさいばんぱく：ならけん】 さんまのたつたあげ ごんざ あすかじる	さんま どうふ なまあげ みそ とりにく とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん こんぶ	こんにゃく だいこん えのきたけ ごぼう ねぎ	ごはん さといも さとう でんぶん	あぶら	607 23.0 21.9
16 火	火	ミルクパン	ぎゅうにゅう	ハムチーズピカタ いかくんサラダ チリコンカン	○ たまご ぶたにく ハム いか とりにく だいす	ぎゅうにゅう	にんじん チーズ トマト	だいこん <b>きゅうり</b> セロリー たまねぎ にんにく	パン でんぶん さとう じゃがいも	あぶら	633 29.7 23.6
17 水	水	ごはん	ぎゅうにゅう	【ちゅうがくせいがかんがえたこんだて（一中）】 タルタルチキン（とりのてりやき+タルタルソース） いろどりサラダ こまつなときのこのしる	とりにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん わかめ こまつな	しようが カリフラワー キャベツ コーン <b>きゅうり</b> たまねぎ えのきたけ	ごはん さとう じゃがいも	あぶら タルタルソース 18.0	596 29.8 18.0
18 木	木	ごはん	ぎゅうにゅう	マーボードーフ もやしのナムル パイナップル	○ とうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	ねぎ たまねぎ しようが にんにく もやし キャベツ パイン	ごはん さとう でんぶん	あぶら ごま ごまあぶら ドレッシング	573 20.3 15.6
19 金	金	ごはん	ぎゅうにゅう	さけのごまみそあげ きりばしだいこんのちゅうかあえ かきたまじる	さけ みそ たまご とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう こまつな	さりほしだいこん もやし きゅうり たまねぎ えのきたけ	ごはん パン さとう でんぶん	ごま あぶら ごまあぶら	584 24.4 18.7
22 月	月	わかめごはん	ぎゅうにゅう	【とうじこんだて】 いわしのしょうがに ゆずいりこまつなサラダ とうじうどん	いわし ツナ とりにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん わかめ かぼちゃ	ねぎ ゆず だいこん しいたけ ほうれんそう <b>きゅうり</b> キャベツ	ごはん さとう うどん	あぶら	628 26.1 19.2
23 火	火	せわり こめっこぱん	ぎゅうにゅう	【としょきゅうしょく：パンどぼうとりんごかめん】 クリスピーチキン わふうスパゲッティ フルーツサンドのぐ	○ ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん なまクリーム ヨーグルト	たまねぎ キャベツ しめじ にんにく パン もも みかん	パン スパゲッティ さとう	とうにゅうバター	608 23.5 20.8

※材料の都合で、献立の変更もあります。 \*はしを毎日もってきましょう。 \*この用紙は再生紙を利用しています。 \*食品名の太字は館林産のものです。



## 一学校給食費についてー

保護者の皆様からいただく学校給食費は、すべて食材の購入に使っています。  
 このほかに、給食をつくるために必要な調理や施設の維持管理にかかる費用はすべて市が負担しています。  
 学校給食が適切に実施できるよう、学校給食費の確実な納付にご協力をお願いします。



## 給食費負担軽減事業

令和7年度、市では食材費の高騰に対応するため、  
 1人あたり月額700円を公費で負担しています。



給食センターのインスタグラムを始めました。  
 毎日の給食の写真を掲載しています。



献立表・給食によりは、館林市ホームページ  
 よりご覧下さい。

