2026年度　12月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

中部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻	緑のグループ 主に体の調子を整えるもとになる食品 色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物	黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	649 27.5
		いりどり	とり肉・はんぺん・けずりぶし	こんにゃく・にんじん・ごぼう・れんこん	砂糖・ごま油・米ぬか油	
		アーモンドあえ		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	アーモンド・砂糖	
		★厚焼き卵	★鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
2	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	668 26.3
		のっぺい汁	ちくわ・油揚げ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく・にんじん・ごぼう 根深ねぎ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		こまつなのおひたし		キャベツ・もやし・こまつな・にんじん	砂糖	
		レバーと大豆のみそがらめ	とり肉・大豆・とりレバー・豆みそ	しょうが	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖・ごま	
3	木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	654 25.8
		だいこんのそぼろ煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		れんこんとブロッコリーのサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		キャベツ・ブロッコリー・れんこん スイートコーン	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
		わかさぎのから揚げ	わかさぎ		じゃがいもでん粉・米ぬか油	
4	金	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	612 23.4
		★中華飯	ぶた肉・★うずら卵・いか	たまねぎ・はくさい・もやし・チンゲンサイ にんじん	じゃがいもでん粉	
		華風あえ		キャベツ・きゅうり・紅しょうが	はるさめ・砂糖・ごま油	
		ぎょうざ	大豆・とり肉・ぶた肉	にら・キャベツ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・ラード	
7	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	699 26.4
		高野豆腐のうま煮	ぶた肉・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
		塩こうじあえ		キャベツ・きゅうり・だいこん		
		わんぱくじゃこ天	ウインナー・ちりめんじゃこ	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ	小麦粉・米ぬか油	
		ふりかけ（野菜と雑穀）			ふりかけ（野菜と雑穀）	
8	火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★米粉パン	622 28.3
		焼きそば　たべまるのおすすめ	ぶた肉・ちくわ・いか・あおのり	キャベツ・にんじん・紅しょうが	中華めん・米ぬか油	
		ナムル	とり肉（蒸）	もやし・チンゲンサイ・きゅうり・にんじん	ごま・砂糖・ごま油	
		みかん（生）		みかん（生）		
9	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	644 26.8
		粕汁	豆腐・米みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・こんにゃく・根深ねぎ		
		きんぴらごぼう	ぶた肉	ごぼう・にんじん	砂糖・ごま・米ぬか油・ごま油	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
10	木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★ツイストパン	671 25.8
		★根コーンシチュー	★牛乳・ショルダーベーコン	だいこん・たまねぎ・スイートコーン にんじん・パセリ	★ベシャメルソースの素	
		サワーキャベツ		キャベツ・にんじん・きゅうり・レモン果汁	砂糖	
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・なたね油・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
11	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	683 28.0
		肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		甘酢あえ		キャベツ・にんじん・きゅうり 切干しだいこん	砂糖	
		★納豆巻き	納豆・★チーズ	パセリ	砂糖	
		手巻きのり	のり			
14	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	631 25.3
		ふだま汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・しめじ・みつば	焼きふ	
		ひじきの炒め煮	大豆・ぶた肉・ひじき・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
		ししゃもフライ・◇ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
15	火	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★スライスパン	710 28.8
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		りんごサラダ		キャベツ・りんご（生）・きゅうり	フレンチドレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
		メープルジャム			メープルジャム	
16	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	683 27.1
		★おでん	★うずら卵・生揚げ・ちくわ・けずりぶし こんぶ	だいこん・こんにゃく	さといも	
		おかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		肉みそ	ぶた肉・豆みそ		砂糖	
17	木	ソフトめん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ソフトめん	753 31.7
		豆乳カレーめん	豆乳・ぶた肉	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・カレールウ	
		ごぼうサラダ		キャベツ・ごぼう・にんじん・きゅうり	ごまドレッシング・ごま	
		チキンナゲット	大豆・とり肉	にんにく	小麦粉・とうもろこしでん粉・コーングリッツ 大豆油・なたね油・パーム油・ラード 米ぬか油	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	

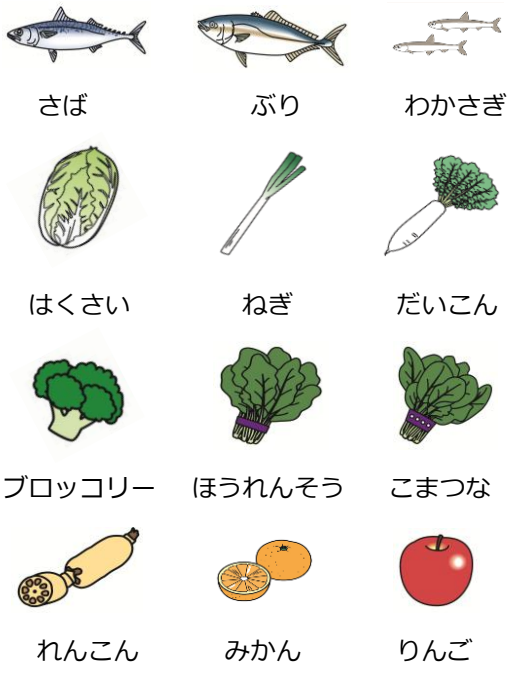
日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻	緑のグループ 主に体の調子を整えるもとになる食品 色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物	黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
18	金	ごはん（ミネアサヒ）・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	685 24.6
		キムチ入りみそ汁 **豊田ブランドの日**	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	キムチ・だいこん・にんじん・葉ねぎ		
		和風サラダ ◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり・切干しだいこん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
		豊田市産じゃがいもコロッケ	ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいも 砂糖・米ぬか油	
21	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	637 24.3
		★親子煮	★鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		青菜あえ		キャベツ・はくさい・もやし・にんじん 菜めし粉		
		豆腐しんじょ	大豆・いとよりだい・すけとうだら	かぼちゃ・にんじん・たまねぎ・えだまめ	やまいも・キャッサバでん粉・なたね油	
22	火	ごはん・★飲用牛乳 **冬至献立**	★飲用牛乳		ごはん	671 27.4
		かぼちゃのみそ汁	豆腐・米みそ・油揚げ・けずりぶし	かぼちゃ・たまねぎ・根深ねぎ		
		いり大豆あえ	大豆	はくさい・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		ぶりのゆずあんかけ	ぶり	ゆず・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
23	水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	772 25.4
		ハヤシライス **クリスマス献立**	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマト・グリンピース	じゃがいも・ハヤシルウ	
		マカロニサラダ		キャベツ・きゅうり・スイートコーン	コーンクリーミードレッシング・マカロニ	
		ハンバーグ	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・パーム油・ひまわり油 とうもろこし油	
		豆乳パンナコッタ（いちご）			豆乳パンナコッタ（いちご）	

12月の目標「寒さに負けない食事をしよう」

豊 田 の 農 産 物

- 米「大地の風」
  「特別栽培米ミネアサヒ(赤とんぼ米)」
  …ごはん、麦ごはん、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
  …スライスパン、ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」
  …水煮大豆、豆腐、油揚げ
  生揚げ、納豆
- キャベツ　●はくさい
- はくさい…キムチ
- じゃがいも
  …豊田市産じゃがいもコロッケ

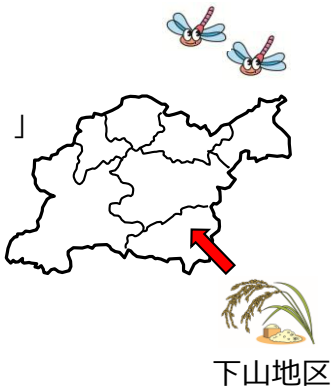
＜今月の季節の食材＞



18日(金)豊田ブランドの日

豊田市でとれた食材を使用した献立です。

- ごはん（ミネアサヒ）
  …米「特別栽培米ミネアサヒ（赤とんぼ米）」
- キムチ入りみそ汁
  …豆腐・油揚げ・キムチ
- 和風サラダ
  …キャベツ
- 豊田市産じゃがいもコロッケ
  …じゃがいも



生産者の方々は、農産物を一生懸命作っています。
感謝の気持ちを込めて給食を食べましょう。

冬至献立

22日（火）

かぼちゃのみそ汁
ぶりのゆずあんかけ



１年の中で一番、昼が短く、夜が長くなる日を「冬至」と呼びます。
冬至の日は、ゆずを浮かべた「ゆず湯」に入って体を温め、栄養のある「かぼちゃ」を食べるとかぜをひきにくいといわれています。

今年の冬至は
12月22日（火）です。



クリスマス献立

23日（水）

ハヤシライス
マカロニサラダ
ハンバーグ
豆乳パンナコッタ（いちご）



自然栽培 じゃがいも



１８日（金）　豊田市産じゃがいもコロッケ

肥料や農薬を一切使わない、「自然栽培」という方法で育てられたじゃがいもが給食に登場します。

たべまるのおすすめ

今月は、8日（火）の 【ナムル】まる。作り方や写真は、下の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップしてレシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。

たべまる給食　検索

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから



※天候など、やむを得ない事情により、産地や献立が変更される場合があります。
※牛乳の表記については、2種類になります。毎日つく「飲用牛乳」と調理に使用する「牛乳」です。
　飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※★は乳または卵を含みます。
※食物アレルギーの原因食品の使用については「食物アレルギー原因食品一覧表」で御確認ください。
※献立名にある◇のついたドレッシング・ソースは、学級で配膳する時に使用します。

中部給食センター　　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●