



2025年 12月 こんだてひょう



魚津市
学校給食
センター
HP →

* そば、生卵、ピーナッツ、くるみ、いくら、キウイフルーツは、魚津市の学校給食には使用しません。

予 定 献 立 名			使 用 す る 食 品 名											
			(赤)おもに体をつくる				(緑)おもに体の調子を整える				(黄)おもにエネルギーのもとになる			
1月	ふふふ ごはん 牛乳	・あげにシューマイ ・かふうあえ ・はくさいなべ うおづの日 (はくさい)	牛乳	ぶたにく	かまぼこ	みそ	もやし	きゅうり	だいこん	にんじん	ごはん	さとう	ごまあぶら	
			やきどうふ	こんぶ			はくさい	しょうが	しいたけ	きくらげ	パンこ	でんぱん	こむぎこ	
							ねぎ	たまねぎ			みずあめ	あぶら		
2火	ふふふ ごはん 牛乳	・いわしのうめに ・さつまいものごまあえ ・すましじる ・かづみりんご	牛乳	いわし	とうふ		にんじん	えだまめ	しいたけ	だいこん	ごはん	さつまいも	こんにやく	
			とりにく	わかめ			ねぎ	りんご	うめ		ごま	さとう	でんぱん	
3水	むぎいり ごはん 牛乳	・ふゆやさいかレー ・ゆでたまご ・こんにやくサラダ	牛乳	ぶたにく	たまご		れんこん	たまねぎ	にんじん	ねぎ	ごはん	むぎ	じゃがいも	
			わかめ				にんにく	しょうが	キャベツ	きゅうり	あぶら	ルウ	こんにやく	
											さとう	ごまあぶら		
4木	コッペパン 牛乳	・あじフライ ・はなやさいサラダ ・コーンポタージュ	牛乳	あじ	とりにく		ブロッコリー	カリフラワー	きゅうり		パン	あぶら	さとう	
			だっしふんにゆう				にんじん	とうもろこし	たまねぎ		じゃがいも	ルウ	こむぎこ	
											パンこ			
5金	ふふふ ごはん 牛乳	・ハンバーグのケチャップソースがけ ・だいずのいそに ・きのこじる	牛乳	ひじき	だいず		にんじん	グリーンピース	だいこん		ごはん	さとう	でんぱん	
			とりにく	ぶたにく	みそ		えのきたけ	しいたけ	きくらげ	ねぎ	こんにやく	あぶら	さといも	
			うすあげ	こんぶ			たまねぎ				ラード			
8月	まめ コッペパン 牛乳	・てりやきチキン ・ポテトサラダ ・やさいスープ ・みかん	牛乳	あずき	とりにく		きゅうり	にんじん	キャベツ	たまねぎ	パン	さとう	じゃがいも	
			ベーコン				もやし	チンゲンサイ	かぶ		ノンエッグマヨネーズ	あぶら		
							みかん				でんぱん			
9火	わかめ ごはん 牛乳	・げんきコロッケ ・だいこんとベーコンのきんぴら ・ぶたじる	牛乳	わかめ	ぶたにく		たまねぎ	りんご	だいこん	にんじん	ごはん	さとう	バター	こむぎこ
			チーズ	ベーコン	みそ		ねぎ	ごぼう	しょうが	はくさい	さつまいも	じゃがいも	さといも	
			やきどうふ	こんぶ							パンこ	あぶら	こんにやく	ごまあぶら
10水	ふふふ ごはん 牛乳	・さんまのみぞれに ・はるさめナムル ・こうやどうふのたまごとじ	牛乳	さんま	ぶたにく		だいこん	もやし	にんじん	きゅうり	ごはん	さとう	でんぱん	
			こうやどうふ	たまご			たけのこ	たまねぎ	しめじ		はるさめ	ごまあぶら	ごま	
							さやいんげん				じゃがいも			
11木	しょくパン 牛乳	・きびなごのカリカリあげ ・アーモンドサラダ ・ポークビーンズ ・ブルーベリージャム	牛乳	きびなご	だいず		しょうが	こまつな	キャベツ	にんじん	パン	みずあめ	さとう	
			ぶたにく				とうもろこし	レモン	たまねぎ		じゃがいも	でんぱん	げんまい	
							れんこん	さやいんげん	トマト		あぶら	こめこ	アーモンド	
							ブルーベリー							
12金	ふふふ ごはん 牛乳	・ぶたにくのしょうがいため ・さつまいもサラダ ・えびととうふのうまに	牛乳	ぶたにく	あかみそ		たまねぎ	にんにく	しょうが	ピーマン	ごはん	はるさめ	あぶら	
			もめんどうふ	えび			きゅうり	にんじん	れんこん	たけのこ	さとう	さつまいも	ごまあぶら	
							きくらげ	ねぎ			ノンエッグマヨネーズ	でんぱん		
15月	ふふふ ごはん 牛乳	・といからあげのりんごソースがけ ・はりはりあえ ・はくさいのみそしる	牛乳	とりにく	わかめ		しょうが	りんご	こまつな	もやし	ごはん	でんぱん	あぶら	
			うすあげ	こんぶ	みそ		にんじん	きりぼしだいこん	はくさい		さとう	ごま	じゃがいも	
							ねぎ							
16火	ふふふ ごはん 牛乳	・フランクフルト ・のりあえ ・おでん いちごクレープ / プリン	牛乳	フランクフルト			きゅうり	ほうれんそう	にんじん		ごはん	さとう	さといも	
			のり	かまぼこ	あつあげ		もやし	だいこん	いちご	レモン	こんにやく	こめこ	みずあめ	
			こんぶ	とうにゆう	だいずこ						でんぱん			
17水	ふふふ ごはん 牛乳	・さけのみそマヨネーズやき ・かぶのそくせきづけ ・あつあげのちゅうかに	牛乳	さけ	みそ		かぶ	きゅうり	キャベツ	にんにく	ごはん	ノンエッグマヨネーズ		
			こんぶ	ぶたにく	あつあげ		しょうが	たまねぎ	にんじん	れんこん	あぶら	さといも	こんにやく	
							さやいんげん	きくらげ			でんぱん	ごまあぶら		
18木	A校:こめこパン B校:コッペパン 牛乳	・オムレツ ・なしゼリーいりフルーツポンチ ・さつまいものとうにゆうスープ	牛乳	たまご	かんてん		パインアップル	もも	みかん		パン	こめこ	でんぱん	
			ベーコン	とうにゆう			なし	たまねぎ	にんじん	こまつな	さとう	あぶら	さつまいも	
19金	ふふふ ごはん 牛乳	・ふくらぎとだいずのあげがらめ ・ゆずみそあえ ・かぼちゃとだいこんのそぼろに うおづモリモリランチの日	牛乳	ふくらぎ	だいず		にんにく	しょうが	とうもろこし		ごはん	でんぱん	さつまいも	
			みそ	とりにく			はくさい	かぼちゃ	にんじん	しいたけ	あぶら	さとう		
							だいこん	ゆず	たけのこ	たまねぎ				
							グリーンピース							
22月	A校:コッペパン B校:こめこパン 牛乳	・ハムフライ ・カラフルサラダ ・ポトフ	牛乳	ハム	だいずこ		ブロッコリー	とうもろこし	もやし		パン	こめこ	パンこ	
			ぶたにく				にんじん	キャベツ	かぶ		あぶら	オリーブあぶら		
											さとう			
23火	ふふふ ごはん 牛乳	・コーングラタン ・コールスローサラダ ・ミネストローネ ・クリスマスゼリー	牛乳	おから	とうにゆう		ブロッコリー	とうもろこし	キャベツ		ごはん	じゃがいも	こめこ	
			だいずこ	ベーコン	かんてん		きゅうり	にんじん	きピーマン	レモン	みずあめ	さとう	マカロニ	
							セロリー	たまねぎ	さやいんげん		でんぱん			
							トマト	いちご						

※都合により献立を変更することがあります。 ※ ☐ 地場産物です。 ※ごはんは、魚津産の「富富富」を使用しています。

※ A校…西部中、星の杜小、よつば小、センター ※ B校…東部中、清流小、道下小、経田小