

令和８年12月　学校給食献立表（小学校）



東松山市教育委員会

日	曜	献立名（こんだてめい） 主食（しゅしょく） 飲み物（のみもの） おかず	9大アレルギー物質 卵、乳、小麦 えび、かに、そば 落花生、くるみ、カシューナッツ	食品名 エネルギーのもとになる食品	体をつくるもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	栄養量 エネルギー（kcal） キロカロリー	たんぱくしつ（g） グラム
1	火	ごはん ぎゅうにゅう こえびのからあげ マーボーどうふ	 乳 小麦 えび コムギ	ごはん あぶら あぶら さとう でんぷん ごまあぶら	 ぎゅうにゅう こえびのからあげ とうふ ぶたにく みそ	 にんにく しょうが ねぎ にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ にら	624	25.7
2	水	ごはん ぎゅうにゅう けいちゃんやき にくだんごとはくさいのスープ とうにゅうクリームだいふく	 乳 コムギ 小麦	ごはん あぶら きびざとう ごま ごまあぶら ごまあぶら はるさめ とうにゅうクリームだいふく	 ぎゅうにゅう とりにく みそ とうふミートボール	 にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ もやし にら しょうが たまねぎ にんじん ほししいたけ はくさい ねぎ	637	26.7
3	木	ココアあげパン デニッシュペストリー(4～6ねん) ぎゅうにゅう コーンスープ こんにゃくサラダ(ドレッシング)	小麦 小麦 乳 乳 小麦	コッペパン ミルメークココア あぶら デニッシュペストリー バター じゃがいも しおちゅうかドレッシング	 ぎゅうにゅう ベーコン ｽｷﾑﾐﾙｸ ぎゅうにゅう なまｸﾘｰﾑ	 たまねぎ にんじん コーン パセリ キャベツ にんじん こんにゃく きゅうり	641	20.1
4	金	ふゆやさいカレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう ポテトサラダ(マヨネーズ)	乳 小麦 乳 (卵)	むぎごはん あぶら きびざとう じゃがいも マヨネーズ	ぶたにく ぶたレバー ｼｭﾚｯﾄﾞﾁｰｽﾞ ぎゅうにゅう ｽｷﾑﾐﾙｸ ぎゅうにゅう	にんにく しょうが にんじん たまねぎ だいこん れんこん はくさい ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ほうれんそう にんじん たまねぎ きゅうり コーン	660	19.9
7	月	ごはん ぎゅうにゅう やきつくね(2コ) ぶたにくとれんこんのあまからいため こまつなのみそしる	 乳 小麦 コムギ	ごはん きびざとう でんぷん ごまあぶら さとう ごま	 ぎゅうにゅう しろごまつくね ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	 こんにゃく れんこん にんじん にんじん たまねぎ だいこん ねぎ こまつな	629	24.2
8	火	ごはん ぎゅうにゅう たらのやさいあんかけ すきやき みかん	 乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら きびざとう でんぷん さとう あぶら	 ぎゅうにゅう たらでんぷんつき ぶたにく やきどうふ	 しょうが たまねぎ もやし ピーマン にんじん にんじん たまねぎ しらたき はくさい ねぎ しゅんぎく みかん	669	29.0
9	水	サンマーメン（ホットちゅうかめん） ぎゅうにゅう おにまん だいこんサラダ（ドレッシング）	コムギ（小麦） 乳 小麦 (コムギ)	ホットちゅうかめん ごまあぶら きびざとう でんぷん おにまん たまねぎドレッシング	ぶたにく なると ぎゅうにゅう	にんにく しょうが にんじん たけのこ もやし はくさい ねぎ にら だいこん にんじん きゅうり キャベツ	590	23.0
10	木	わかめごはん ぎゅうにゅう チキンなんばん(タルタルソース) ナムル(ドレッシング) とんじる	松二小 リクエスト献立 乳 コムギ（卵） (コムギ)	わかめごはん あぶら きびざとう タルタルソース かんこくナムルドレッシング あぶら じゃがいも	 ぎゅうにゅう とりのからあげ ぶたにく とうふ みそ	 もやし にんじん ほうれんそう しょうが ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ねぎ	603	22.5
11	金	チーズパン あげそば ぎゅうにゅう ごぼうサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 小麦 乳	チーズパン むしちゅうかめん あぶら ごまドレッシング	 ぶたにく ぶたレバー あおのり ぎゅうにゅう	 にんじん たまねぎ もやし キャベツ ごぼう きゅうり にんじん キャベツ えだまめ コーン	673	25.1
14	月	ごはん ぎゅうにゅう さばのカレーあげ にんじんしりしり はくさいのみそしる	 乳 コムギ 卵 コムギ	ごはん あぶら あぶら じゃがいも	 ぎゅうにゅう さばのカレーあげ ツナ たまごそぼろ あぶらあげ とうふ わかめ みそ	 にんじん にんじん たまねぎ はくさい	643	24.4
15	火	ごはん ぎゅうにゅう しゅうまい(2コ) ちゅうかふうにくじゃが ごもくスープ	 乳 小麦 コムギ コムギ	ごはん あぶら じゃがいも きびざとう ごまあぶら ごまあぶら	 ぎゅうにゅう しゅうまい ぶたにく とりにく なると とうふ	 しょうが ねぎ たまねぎ にんじん えだまめ たまねぎ にんじん ほししいたけ たけのこ はくさい ねぎ ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ	610	24.8
16	水	かぼちゃけんちんうどん(じごなうどん) ぎゅうにゅう とりてんゆずおろしソース りんご	コムギ（小麦） 乳 小麦	じごなうどん ごまあぶら あぶら きびざとう	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう とりてんぷら	ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ほししいたけ かぼちゃ ねぎ こまつな ねぎ だいこん ゆず りんご	617	24.2
17	木	ごはん ぎゅうにゅう いかフライ(ソース) ちくぜんに きりぼしだいこんのみそしる	 乳 小麦 コムギ	ごはん あぶら あぶら さといも さとう	 ぎゅうにゅう いかフライ とりにく あぶらあげ とうふ みそ	 ごぼう にんじん ほししいたけ こんにゃく れんこん たけのこ さやいんげん にんじん たまねぎ きりぼしだいこん ねぎ こまつな	596	22.9
18	金	ごはん ぎゅうにゅう ハバータ カラフルサラダ(ドレッシング)	 乳 乳 小麦	ごはん あぶら じゃがいも サウザンアイランドドレッシング	 ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク	 にんにく たまねぎ にんじん セロリ ピーマン トマト キャベツ にんじん きゅうり コーン あかピーマン	633	21.5
21	月	ごはん ぎゅうにゅう モウカザメのスタミナやき ごもくきんぴら みぞれじる	 乳 コムギ コムギ コムギ	ごはん ごまあぶら さとう ごま あぶら でんぷん	 ぎゅうにゅう モウカザメのスタミナやき ぶたにく ぶたにく なると とうふ	 ごぼう にんじん れんこん にんじん たまねぎ しょうが だいこん ねぎ こまつな	597	25.9
22	火	クロワッサン ぎゅうにゅう フライドチキン コールスロー(ドレッシング) ミネストローネ クリスマスケーキ	小麦 乳 小麦 小麦 卵 乳 小麦	クロワッサン あぶら コールスロードレッシング オリーブオイル じゃがいも ほしがたマカロニ きびざとう チョコレートケーキ	 ぎゅうにゅう フライドチキン ベーコン ぶたにく	 キャベツ コーン にんじん にんにく セロリ たまねぎ にんじん パセリ トマト	591	25.6
計 16 回			コムギ は醤油由来です。	※はしは毎日持っていきましょう ※材料入荷の都合により献立の変更があります ※給食で使用している魚は骨取りではありません		平均栄養量	626	24.1

※ アレルギー表記については、食材納入業者から提出された製品規格書の記載に基づき9大アレルゲンのみ表記したものです。
コンタミネーションに関する表記はしておりません。コンタミネーションについては学校給食センターまでお問い合わせください。
※ 中学校の献立で使われていない食材であっても、小学校の献立で使用している場合もあります。交差のないよう注意して調理しておりますが同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
※ 主食工場では、次の食材を含む製品を製造しています。
・パン製造工場では、乳を含む製品を製造しています。
・製麺工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。
・米飯製造工場では、小麦を含む製品を製造しています。
※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。
ご家庭でも注意していただき、ご不明な点等がありましたら遠慮なく学校給食センター(0493-22-0741)までお問い合わせください。

企業版ふるさと納税寄附企業のご紹介
かっこ株式会社様から企業版ふるさと納税でご寄附をいただきました。寄附金は学校給食運営事業に活用させていただきます。

～12月の行事食～
16日　冬至献立
18日　世界の料理(ブラジル)
22日　クリスマス献立





