

12月予定献立表

令和7年12月

渋谷区立広尾小学校

日	曜	行事など	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	I群 [*] たんぱく質				
1 月		ご飯						574 kcal				
		海苔の昆布茶ぶりかけ										
		魚と野菜の揚げ煮										
		法蓮草の味噌汁										
2 火	服部学園 コラボ 給食	牛バラ肉と大根のあんかけごはん						24.4 g				
		中華風和え物										
		わかめ卵スープ										
3 水		ツナコーンピラフ						628 kcal				
		冬野菜のホワイトシチュー										
		りんご										
4 木		ビビンバ炒飯						605 kcal				
		春雨スープ										
		ぱりぱりサラダ										
		ミルクゼリーブルーベリーソース										
5 金	クロアチア 大使館 コラボ給食	丸パン						620 kcal				
		トマトソースのミートボール										
		マッシュポテト										
		チキンラグースープ										
6 土	どんご祭り	鮭わかめご飯						657 kcal				
		肉じゃが										
		和風サラダ										
9 火		きんびらご飯						640 kcal				
		さわらの味噌マヨネーズ焼き										
		じゃことわかめの和え物										
		豆腐となめこの味噌汁										
10 水	特別時程	キーマカレー						667 kcal				
		ジヨア										
		オニオンドレッシングサラダ										
		紅まどんな										
11 木		ご飯						651 kcal				
		西湖豆腐										
		小松菜とひじきのサラダ										
12 金	3年生 校外学習	鶏五目ご飯						580 kcal				
		フライビーンズサラダ										
		ナタデココパンチ										
15 月		あぶたまうどん						648 kcal				
		こまツナ和え										
		スイートポテト										
16 火		中華丼						667 kcal				
		かぶのサラダ										
		マーラーカオ										
17 水		ピーフストロガノフ						651 kcal				
		ミモザサラダ										
		いちご										
18 木		ご飯						582 kcal				
		さばの味噌煮										
		お浸し										
19 金		すまし汁						612 kcal				
		かつおめし										
		ぐる煮										
22 月		みそ汁						28 g				
		ゆず寒天										
		ご飯										
23 火		銀鶴のゆず味噌焼き						676 kcal				
		かぼちゃのそぼろあんかけ										
		吉野汁										
24 水		焼鳥丼						661 kcal				
		れんこんサラダ										
		さつま汁										
25 木	クリスマス 献立	茶飯						632 kcal				
		おでん										
		ごまあえ										
		(ぼんかん)										
		あしたばパン										
		手羽元のローストチキン										
		ポトフ						31.4 g				
		イタリアンサラダ										
		チョコレートプリン										
						今月の平均栄養価	640kcal					
							27.0g					
							650kcal					
						平均栄養価は、学校給食摂取基準の±10%の範囲で設定しています。	21.1~32.5 g					