１２月は「冬至メニュー」と「クリスマスメニュー」の楽しい行事食や、★マークの付いた新メニューがたくさん登場します⛄
今年最後の給食も、楽しくたくさん食べてくださいね♪



1日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・とりとえのきのスープ

鶏肉・人参・青梗菜・長葱・えのき茸・シャンタン・醤油・塩・米油

★つまみあげチリソース
幼１個・小中２個

つまみ揚げチリソース和え

・ちゅうかサラダ

ハム・春雨・きゅうり・もやし・米酢・醤油・上白糖・塩・ごま油

2日
・ぎゅうどん

精白米・牛肉・白滝・玉葱・人参・生姜・本てり・酒・醤油・三温糖・米油

・べつかいぎゅうにゅう
・ふとほうれんそうのみそしる

豆麸・ほうれん草・かつおだし・白味噌

・さつまいもチップス

さつまいもチップス



3日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・あぶらあげとわかめのすましじる

油揚げ・わかめ・かつおだし・醤油・めんつゆ・塩

・とりにくのごまみそに

鶏肉・こんにゃく・人参・長葱・生姜・白すりごま・赤味噌・酒・醤油・三温糖・米油

・キャベツのツナあえ

キャベツ・人参・ツナ・醤油・上白糖

4日
・ピザパン
・べつかいぎゅうにゅう
・ミートボールスープ

ミートボール・白菜・人参・干椎茸・シャンタン・醤油・塩・こしょう

・ジャーマンポテト

ウインナー・じゃが芋・玉葱・にんにく・パセリ・コンソメ・塩・粗びきこしょう・オリーブ油

・マカロニサラダ

マカロニサラダ・きゅうり・コーン

7日
・とんこつラーメン

中華麺・豚肉・なると・白菜・人参・もやし・長葱・豚骨ラーメンスープ・鶏ガラ・豚骨・塩

・べつかいぎゅうにゅう
・きんとんパイ

きんとんパイ・キャノーラ油

・ウエハース（バニラ）

骨にカルシウムウエハース



8日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・さといもとたまねぎのみそしる

里芋・玉葱・かつおだし・白味噌

・あつあげのみそいため

豚肉・厚揚げ・玉葱・人参・ピーマン・干椎茸・生姜・にんにく・赤味噌・オイスターソース・本てり・酒・醤油・三温糖・米油・ごま油

・もやしとほうれんそうのごまあえ

もやし・ほうれん草・黒すりごま・醤油・上白糖

9日
・ハヤシライス

精白米・麦・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・生姜・にんにく・ハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・赤ワイン・コンソメ・プルーンエキス・カレー粉・カレールウ（D）・醤油・三温糖・米油

・べつかいぎゅうにゅう
・だいこんサラダ

大根・人参・コーン・和風ドレッシング

・クレープ

フレンズクレープ（いちご）

10日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・とうふとちんげんさいのみそしる

豆腐・青梗菜・かつおだし・白味噌

★たらのしおレモンカツ

魚の骨に気を付けて

真だら塩レモンカツ・キャノーラ油

・やさいのカレーいため

キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・カレー粉・コンソメ・塩・こしょう・米油

11日
・バンズパン
・べつかいぎゅうにゅう
・ミネストローネ

ベーコン（K）・クルルマカロニ・じゃが芋・玉葱・人参・ダイストマト・にんにく・コンソメ・三温糖・塩・こしょう・米油

・チーズハンバーグ

とろーりチーズハンバーグ

・オーロラサラダ

ハム・キャベツ・人参・きゅうり・コーン・エッグケアマヨネーズ・ケチャップ・塩・こしょう

14日　【べつかい給食】
・チキンクリームスパゲティ

スパゲティ・オリーブ油・【ソース】鶏肉・ベーコン（N）・玉葱・人参・ほうれん草・しめじ・コーン・にんにく・別海バター・別海牛乳・生クリーム・小麦粉・シチューミクス・ベシャメルルウ・コンソメ・塩・こしょう

・べつかいぎゅうにゅう
・かぼちゃコロッケ

かぼちゃコロッケ・キャノーラ油

・アイスクリーム

べつかいのアイスクリーム屋さん（プレミアムミルクリッチ）



15日
・ごはん　・おかかふりかけ
・べつかいぎゅうにゅう
・あぶらあげとえのきのみそしる

油揚げ・えのき茸・かつおだし・白味噌

・ぶたにくとれんこんのあまずいため

豚肉・れんこん・人参・玉葱・グリンピース・酒・りんご酢・醤油・三温糖・塩・こしょう・米油・ごま油

・ゆかりあえ

キャベツ・きゅうり・人参・ゆかり

16日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・しおちゃんこなべ

鶏肉・ミートボール・玉葱・人参・長葱・白菜・しめじ・生姜・丸鶏がらスープ・酒・塩・こしょう・ごま油

・にんじんしゅうまい
幼１個・小中２個

にんじんしゅうまい

・ささみときりぼしだいこんのあえもの

ささみフレーク・切干大根・枝豆・コーン・米酢・醤油・上白糖・ごま油

17日　【クリスマスメニュー】
★オムライスふう

精白米・チキンライスの素・プレーンオムレツ



・Pケチャップ
・べつかいぎゅうにゅう
★クリスマススープ

ベーコン（K）・星のパスタ・キャベツ・玉葱・人参・コーン・パセリ・コンソメ・醤油・塩・こしょう・米油

・クリスマスケーキ

サンタさんのチョコケーキ2026

18日
・コッペパン
・べつかいぎゅうにゅう
・ポテトポタージュ

ベーコン（K）・じゃが芋・玉葱・パセリ・別海バター・別海牛乳・小麦粉・コンソメ・塩・こしょう

・えびフライ　幼１本・小中２本

えびフライ・キャノーラ油

・Pソース
・こまつなのソテー

キャベツ・小松菜・パプリカ・コンソメ・醤油・塩・こしょう・米油

21日
・カレーうどん

うどん・鶏肉・玉葱・人参・長葱・油揚げ・カレールウ（B）・カレー粉・かつおだし・本てり・めんつゆ・醤油・でん粉

・べつかいぎゅうにゅう
・しのだに

信田煮（たれ付き）

・ラフランスゼリー

ラフランスゼリー

22日　【　冬至メニュー　】
・なめしごはん

精白米・混ぜ込み菜飯

・べつかいぎゅうにゅう
・はくさいとにんじんのみそしる

白菜・人参・かつおだし・白味噌

★あかうおのゆずこしょうやき

赤魚　柚子胡椒漬

★かぼちゃのいとこに

かぼちゃ・白玉・粒あん・醤油



23日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・わかめスープ

カットわかめ・玉葱・白ごま・シャンタン・醤油・塩・こしょう

・マーボーどうふ

豚ひき肉・豆腐・人参・にら・長葱・干椎茸・生姜・にんにく・豆板醤・ケチャップ・赤味噌・酒・本てり・醤油・三温糖・米油・ごま油・でん粉

・チョレギサラダ

人参・きゅうり・焼きのり・白ごま・醤油・塩・ごま油



小学校低・中・高学年、中学生の月平均のエネルギー・たんぱく質・脂質を記載しています。

小　エネルギー：640kcal　たんぱく質：24.0g　脂質：21.8g

中　エネルギー：782kcal　たんぱく質：28.5g　脂質：25.1g