



12月学校給食献立表

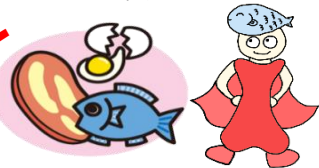


2025.12 松江養護学校

☆ なんでも 食べて 元気な からだ ☆

ほねほねマン

からだ
体が
おお
大きくなる



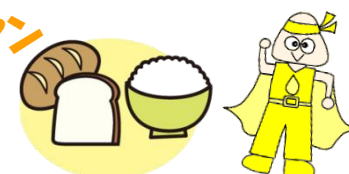
やさいマン

からだ ちょうし
体の調子を
よくする



エネルギーマン

ちから だ
力を出す



月	火	水	木	金
1 ・ごはん ・さけのちゃんちゃん焼き ・きりぼし大根の炒め煮 ・はんぺんのすまし汁	2 ・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・磯あえ ・じゃがいものみそ汁	3 ・ごはん ・豚肉と大根のみそ煮 ・ごぼうのごま和え ・けんちん汁	4 ・ごはん ・たらのカラフル甘酢あえ ・花やさいサラダ ・豆乳スープ	5 ・ごはん ・さばのみそ煮 ・こんぶあえ ・のっぺい汁
8 ・ごはん ・肉じゃが ・えのきと野菜のかつおあえ ・なめこのみそ汁	9 ・パン ・チョコクリーム ・煮込みハンバーグ ・かぼちゃサラダ ・あったかポトフ	10 ・ごはん ・キャベツ入り平つくね ・塩ナムル ・春雨スープ ・りんご	11 ・ごはん ・鰯のみぞれ煮 ・突きこんにゃくの ごまみそ炒め ・里芋のみそ汁	12 ・ごはん ・かぼちゃと さつまいものコロケ ・ごぼうサラダ ・ABCスープ
15 ・ごはん ・鶏肉のこうじ焼き ・カラフルサラダ ・かぶのとり〜り汁	16 ・ごはん ・さわらの西京焼き ・ほうれん草のごまあえ ・ぶた汁	17 ・ごはん ・さばのおろし煮 ・五目なます ・厚揚げのみそ汁	18 ・ごはん ・ぶたレンコン ・ドレみそサラダ ・だいこん大根のみそ汁	19 ・チキンカレーライス ・福神漬けあえ ・フルーツミックス
22 ・ごはん ・秋刀魚の甘露煮 ・こんにゃくの炒め煮 ・かぼちゃのみそ汁	23 ・ごはん ・さけのみそ焼き ・ブロッコリーのおかかあえ ・豆乳ごまみそ汁	24 ・ピラフ ・フライドチキン ・フレンチサラダ ・ベーコンと白菜のスープ ・豆乳プディング	クリスマス 「くん」がたくさん！ 「こんだて」 どんな味かな？ 料理の名前を ならべかえて みよう！	



バランスよくなんでも 食べると「ほねほねマン」
「やさいマン」「エネルギーマン」が元気な体を
作るお手伝いをしてくれるよ！！