



12月 給食だより

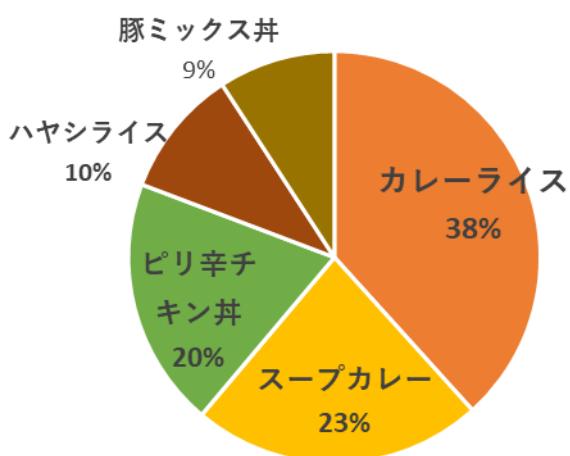
令和7年(2025年)11月26日

札幌市立中央中学校

リクエストメニューアンケート結果発表!



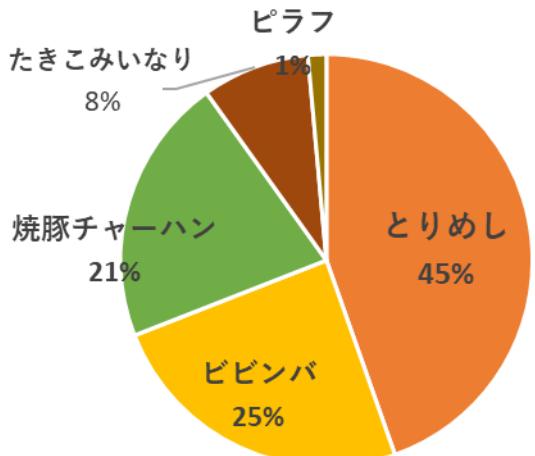
白飯部門



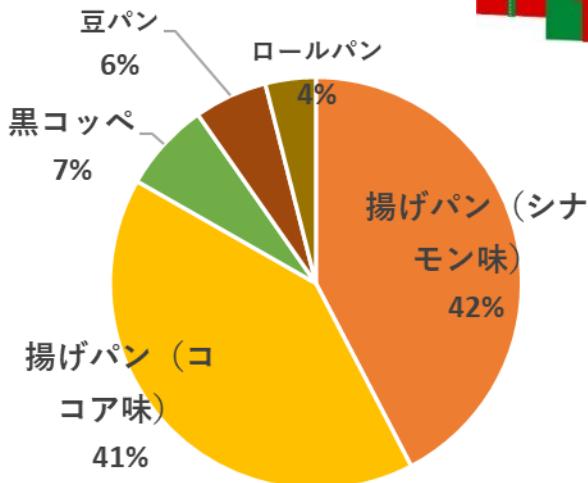
いよいよ1年の締めくくりとなる師走を迎えます。クリスマスやお正月の準備などで忙しくされる方も多いかもしれませんね。食事をはじめとした体調管理には十分気をつけて過ごしましょう。

12月1日からの一週間は給食週間を予定しています。普段、何気なく食べている給食について、また食の大切さについても理解を深めてもらえたたらと思います。北辰中と中央中のみなさんからアンケートをとり、リクエストが多かったメニューから献立を構成しています。どうぞお楽しみに！

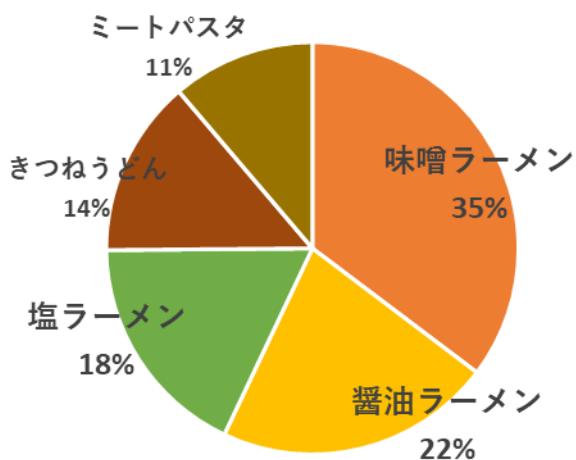
味付きごはん部門



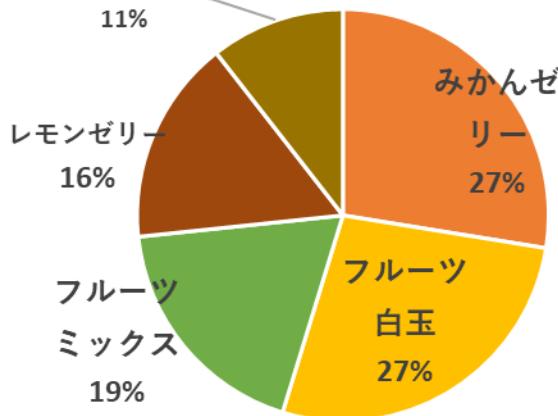
パン部門



めん部門



デザート部門



予定献立

※牛乳200mlは毎日つきます。

※葉物野菜・果物等は、産地の天候などの状況により、やむを得ず一部変更することがあります。

アレルギー表示

☆→鶏卵・うずらの卵使用
◇→牛乳・乳製品使用

※しらす干しやわかめ等の海産物には、小さなかに、えび等が混入・付着している場合があります。また、ししゃもの内臓にも、ししゃもが捕食したかにやえび等が混入している場合もあります。



月	火	水	木	金
1 813kcal ピリカラチキン丼 味噌汁 パイン(缶)	2 733kcal 揚げパン(ソフトフランス) 麦入り野菜スープ 中華サラダ 温州みかんゼリー	3 771kcal カレーライス 小松菜とベーコンの サラダ	4 710kcal 味噌ラーメン きな粉ポテト りんご	5 739kcal とりめし ◇白花豆コロッケ ごま和え
・ごはん 鶏肉 生姜 醤油 酒 小麦粉 かたくり粉 菜種油 厚揚げ にんじん たけのこ 玉ねぎ ピーマン オイスター味 ツバメ味 にんにく 砂糖 白イモ こしょう ・豆腐 わかめ 長ねぎ 白・赤味噌 削り節 昆布	・ツバメハツソ 菜種油 バター 砂糖 ピーマン ・ベーコン 人参 玉ねぎ カリフラワー 大麦 醤油 塩 こしとう 白イモ 鶏肉スープ 鳥から ・ル 緑豆春雨 さやえり もやし 人参 醤油 酢 砂糖 ごま油 からし ごま	・白飯 豚肉 赤イモ ジャガイモ 人参 玉ねぎ 切り りんご 生姜 にんにく グリーブ 菜種油 小麦 粉 加レ粉 カルボン ワタリース チャツブ 醤油 塩 シモ オルペイク 鶏ガラス ・バーコン 小松菜 もやし ごま 菜種油 砂糖 醋 醤油 こしとう	・ソテー豚肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく すりごま ごま 白・赤みそ 醤油 酒 みりん ピーマン ごま油 もやし 炒め ほうれん草 長ねぎ せんべい 菜種油 鳥から 豚骨 昆布 煮干し ルボウ(冷) 菜種油 きな粉 砂糖 塩	・胚芽米 大麦 醤油 酒 塩 鶏 ガラス バター 鶏肉 生姜 玉ねぎ 菜 種油 塩 みりん 砂糖 ・白花豆コロッケ(冷) 菜種油 ・ほうれん草 白菜 すりごま 醤 油 砂糖
8 726kcal 和風そぼろごはん 味噌汁 磯和え	9 832kcal ☆◇横割レインズ ◇パーククリームシチュー ☆ほっけのオーティールフラ イ(ケチャップソース) パイン(缶)	10 775kcal ごはん ☆醤油おでん ひじき春巻 おかかふりかけ	11 790kcal パスタシーフードトマ トソース 青のりポテト ◇ヨーグルト	12 733kcal ◇パークウインナーライ ス ◇カレーコロッケ ほうれん草とコーン のサラダ
・ごはん 鶏ひき肉 焼豆腐 切り干し大根 干し椎茸 ごま 生姜 赤みそ 醤油 酒 みりん 砂糖 ごまう 人参 油揚げ ひじき 菜種油 一味唐辛子 ・大根 油揚げ 赤・白味噌 削り節 昆布 ・小松菜 白菜 もみのり 醤油	・豚肉 白イモ 玉ねぎ 人参 ジャガイモ リーフレット バター 菜種油 牛乳 豆乳 チーズ 对角線 塩 こしとう 白イモ 鶏肉スープ バーコン ・ほっけ 酒 塩 こしとう 小麦粉 卵 ホーリモル パン粉 菜種油 ケチャップ ウカソース 砂糖 白イモ からし	・ひじき入りさつま揚げ 豆腐入り かまぼこ うずら卵 ひじき入り がんもん 厚揚げ こんにゃく 人参 大根 ふき 醤油 砂糖 酒 みりん 塩 からし 削り節 昆布 ・ひじき入り春巻(冷) 菜種油 ・しらす干し 酒 醤油 塩 糸かつお 砂糖 切りのり ごま	・ソテー肉 えび 白イモ いか あさり ベーコン 玉ねぎ 人参 カリフラワー にんにく マッシュルーム バーブ油 小麦粉 加レ粉 ケチャップ ドライユレ トト缶 ウカソース 中濃ソース 醤油 塩 こしとう カガルイ 赤イモ 鶏肉スープ バーコン ・ルボウ(冷) 菜種油 ・ルボウ(冷) 菜種油 塩 こしとう 青のり	・胚芽米 大麦 バター ドライユレ 白イモ 塩 ポークカツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリーブ 菜種油 ケチャップ こしとう ・ポテトロース(冷) 菜種油 ・ほうれん草 ホーリモル ごま 菜種油 砂糖 醋 醤油 こしとう
15 757kcal ごはん 肉じゃが ししゃものから揚げ おひたし	16 766kcal ☆◇ツイストパン ◇ミートパスタグラタン コールスローサラダ みかん	17 815kcal ごはん 豆腐のトロトロ煮 揚げえびシュウマイ ナムル	18 710kcal 肉うどん かぼちゃのいとこ煮 紅まどんな	19 700kcal 五目ごはん ☆◇ハンバーグ(照り 焼きソース) からし和え ◇ベビーチーズ
・豚肉 酒 ジャガイモ 玉ねぎ しらたき 人参 さやえりんげん たもぎ草 干し椎茸 切干大根 生姜 菜種油 醤油 砂糖 みりん 赤みそ 昆布(だし) ・かぶししゃも 菜種油 小麦粉 片栗粉 醤油 砂糖 みりん 醋 ・小松菜 もやし 糸かつお 醤油	・丸肉 豚肉 生姜 にんにく 玉ねぎ 人参 マッシュルーム カリフラワー 菜種油 小麦粉 バター ケチャップ チーズ トト缶 ウカソース 中濃ソース 醤油 塩 こしとう カガルイ 鶏肉スープ ・えびかくし(冷) 菜種油 ・ル ほうれん草 もやし 人参 醤油 砂糖 ごま油 ピーマン ごま	・豆腐 鶏肉 小松菜 長ねぎ 人参 生姜 にんにく 菜種油 醤油 砂糖 酒 塩 こしとう カタクリ粉 鶏肉スープ ・えびかくし(冷) 菜種油 ・ル ほうれん草 もやし 人参 醤油 砂糖 ごま油 ピーマン ごま	・ソテー肉 酒 醤油 みりん 油揚げ かまぼこ 人参 ほうれん草 長ねぎ 干し椎茸 たもぎ草 醤油 砂糖 醋 一味唐辛子 昆布 削り節 ・かぼちゃ 小豆 砂糖 塩 白玉もち	・胚芽米 大麦 鶏肉 砂糖 塩 酒 昆布 しらたき 油揚げ 人参 干し椎茸 ひじき ごまう たまご カリフラワー みりん 菜種油 ・ハーブ(冷) 醤油 砂糖 みりん カタクリ粉 ・焼きちくわ ほうれん草 白菜 醤油 砂糖 からし
22 798kcal ☆味噌かつ丼 けんちん汁 りんご	23 789kcal ☆◇ツイストパン ◇コーンクリームスープ ◇フライドチキン フルーツゼリー	24 742kcal 根菜スープカレー あさりのスパゲティサ ラダ	25 735kcal しょうゆラーメン ◇チーズポテト焼き みかん	18日の献立紹介・・
・白飯 豚肉 酒 こしとう 小麦粉 卵 パン粉 菜種油 赤味噌 砂糖 醤油 酒 みりん ごま油 ごま ・鶏肉 酒 豆腐 つきこんにく 人参 大根 ごまう 長ねぎ 菜種油 醤油 塩 酒 削り節 昆布	・ホルコツ ブルーワーク ベジ エネルギー 人参 バーコン 小麦粉 バター 菜種油 牛乳 豆乳 对角線 チーズ 白イモ 鶏肉スープ 塩 こしとう ・鶏肉 塩 こしとう バーコン カツブ ・にんにく 牛乳 白イモ 小麦 粉 片栗粉 菜種油 ・みかん缶 バイ缶 黄桃缶 リコグ ース 粉糖 大根	・ごはん 豚肉 赤イモ にんにく 塩 こしとう ジャガイモ ごま 人参 大根 玉ねぎ カリフラワー にんにく 生姜 菜種油 カ粉 トト缶 醤油 バーブ オムレツ ・あさり 生姜 醤油 砂糖 酒 バゲ ティ きゅうり 人参 醤油 醋 菜種油 砂糖 白味噌 ごま油 ごま	・ソテー肉 酒 カボチャ 人参 生姜 にんにく 醤油 みりん もやし かまぼこ ほうれん草 長 ねぎ せんべい 菜種油 塩 こし とう 鳥から 豚骨 昆布 煮干し ・じゃが芋 砂糖 バター 牛乳 チーズ	☆「かぼちゃのいとこ煮」 は、北海道産の小豆、かぼ ちゃ(りょうおもい)白玉で作る冬至の行事食です。 (今年の冬至は 22 日です。) ☆今時期限定フルーツ 「紅まどんな」は、愛媛県 産の柑橘です。 