

れいわ ねんど
令和7年度 12月

きしゆくしゃきゆうしょく こんだてひょう
寄宿舎給食 献立表

ほっかいどうなかしべつしえんがっこう
北海道中標津支援学校

にち 日	ようび 曜日	こんだて 献立		
1	月	朝ごはん 焼き魚（西京焼） ひじき入り金平ごぼう 味噌汁（小松菜・しめじ）	昼ぎゅうにゅう / 食パン ジャーマンポテト アスパラのオーロラサラダ ソパ・デ・アホ / チョコクリーム	夕ごはん 蒸しシューマイ きりぼしだいこん 切干大根のツナマヨサラダ ガタタン風スープ
2	火	朝セルフフランク ココア ベビーチーズ	昼ぎゅうにゅう / ご飯 肉じゃが（常広ver.） しおこんぶ 塩昆布キャベツ 味噌汁（わかめ・だいこん）	夕ミートソーススパゲッティ えだまめ 枝豆ふっくら揚げ ぶどうのゼリー
3	水	朝ごはん 白菜と厚揚げの甘辛炒め ごま和え 味噌汁（大根・ふのり）	昼ぎゅうにゅう 牛乳 ビビンバ丼 かき玉スープ ミルクプリン	夕ごはん 味噌カツ さんしよくひた 三色お浸し きのこ汁
4	木	朝ごはん 高野豆腐の煮物 だいこん 大根サラダ 味噌汁（わかめ・タケノコ）	昼ぎゅうにゅう / ご飯 十勝大豆コロッケ もやしのなめたけ和え 石狩汁 / のり玉	夕はくさい 白菜とろとろカレー ポテトサラダ 黒ごまプリン
5	金	朝ごはん / 卵焼き 切干大根のお浸し 味噌汁（油揚げ・なめこ）	昼ぎゅうにゅう / やさいどんこつ 牛乳 / 野菜豚骨ラーメン ひじき春巻き レモンゼリー	
7	日	夕まーぼーどん 麻婆丼 / 味噌汁（わかめ・キャベツ）		
8	月	朝ごはん スタミナ納豆 はくさい 白菜のお浸し 味噌汁（玉葱・茄子）	昼ぎゅうにゅう / 食パン コーヒー牛乳 / 食パン ポテトコロッケ イタリアンサラダ コーンスープ	夕ごはん 肉じゃが ごま和え 味噌汁（卵・えのき）
9	火	朝ごはん 焼き魚（鯖） いそ和え 澄まし汁（麩・葱）	昼ぎゅうにゅう / ご飯 鶏の唐揚げ もやしと人参のナムル 味噌汁（芋・わかめ）	夕ごはん 焼きギョーザ キャベツのツナマヨサラダ わかめスープ
10	水	朝ごはん / 味付けのり 竹輪の青のり炒め 小松菜のなめたけ和え 味噌汁（豆腐・にら）	昼ぎゅうにゅう 牛乳 かき揚げ丼 白菜の塩昆布チーズ和え 味噌汁（卵・ほうれん草）	夕あぶらあ 油揚げカレー南蛮うどん さっぱり和え フルーツヨーグルト和え
11	木	朝食パン ポークチャップ コールスローサラダ パンプキンポタージュ	昼ぎゅうにゅう / ご飯 鶏とこんにゃくの煮物 ブロッコリーのお浸し 味噌汁（キャベツ・ベーコン）	夕ごはん / キャベツメンチカツ みずな 水菜のさっぱりサラダ いも団子汁
12	金	朝ごはん / 納豆 切干大根の煮物 / やさい 野菜みそ汁	昼ぎゅうにゅう 牛乳 / きのこのクリームスパゲティ キャベツのオーロラサラダ / プリン	

※ 裏に続きます

にち 日		ようび 曜日		こん だて 献 立							
14	日	夕	さんしょくどん 三色丼 わかめスープ								
15	月	朝	はん ごはん とり 鶏肉とれんこんの味噌炒め えのきの梅和え みそしる たまねぎ あぶらあ 味噌汁 (玉葱・油揚げ・えのき)		昼	ぎゅうにゅう 牛乳 / ぶどうのゼリー セルフチーズバーガー コールスローサラダ マカロニシチュー		夕	はん ごはん ぶたにく たくあん いた もの 豚肉と沢庵の炒め物 ちゅうか 中華サラダ さんらーたん 酸辣湯		
16	火	朝	しょく 食パン ゆでウインナー かぼちゃ 南瓜サラダ ベジタブルシチュー		昼	ぎゅうにゅう 牛乳 / ご飯 や さかなさいきょうやき 焼き魚 (西京焼) ごぼうサラダ みそしる にんじん はくさい あ 味噌汁 (人参・白菜・さつま揚げ)		夕	おやこどん 親子丼 とうみょう しおこんぶあ 豆苗の 塩昆布和え す じる ふ ねぎ 澄まし汁 (麩・葱)		
17	水	朝	はん や さかなさけ ごはん / 焼き魚 (鮭) ゆかりマヨ和え みそしる だいこん 味噌汁 (なめこ・大根)		昼	ぎゅうにゅう 牛乳 / ドライカレー マカロニサラダ あん団子		夕	やさいみそ 野菜味噌ラーメン やさい はな 野菜うの花もちもちフライ りんご缶		
18	木	朝	はん ごはん / きのこと信田 キムチサラダ こんさいじる 根菜汁 のりの佃煮		昼	ぎゅうにゅう 牛乳 / ご飯 あ はるま 揚げ春巻き きくらげともやしのナムル だいこん 大根ののろろスープ		夕	はん ごはん チンジャオロース わかめの中華サラダ みそしる 味噌汁 (ブロッコリー・ベーコン)		
19	金	朝	はん ぐ たまごや ごはん / 具だくさん卵焼き ツナのレモンサラダ ぶたじる あじつ 豚汁 / 味付けのり			昼	ぎゅうにゅう ごもく 牛乳 / 五目うどん ささみとひじきの生姜マヨ和え だいがくいも 大学芋				
21	日	夕	はいこーろーどん 回鍋肉丼 きのこ汁								
22	月	朝	はん たけ たまごいた もの ごはん / なめ茸と卵の炒め物 もやしの洋風ナムル みそしる はくさいあぶらあ しいたけ 味噌汁 (白菜・油揚げ・椎茸)		昼	ぎゅうにゅう しょく 牛乳 / 食パン ほうれん草グラタン スパゲティサラダ コンソメスープ (ブロッコリー・たまねぎ)		夕	はん あ ごはん / ごま和え くわいとひじきの肉団子 みそしる 味噌汁 (タケノコ・がんもどき)		
23	火	朝	はん ごはん お 蒸しシューマイ こまつな あ 小松菜としらすの和えもの ちゅうか 中華コーンスープ		昼	ぎゅうにゅう はん 牛乳 / ご飯 だいこん にも 大根とがんもの煮物 わさび和え みそしる たまねぎ 味噌汁 (玉葱・わかめ)		夕	チキンカレー えだまめ 枝豆 オレンジゼリー		
24	水	朝	はん ごはん とり 鶏肉とネバネバ野菜の味噌炒め うめあ 梅和え みそしる たまねぎ 味噌汁 (ふのり・玉葱)			昼	ぎゅうにゅう ほし 牛乳 / 星のチキンライス ポパイソテー ポトフ風スープ クリスマスカップデザート				



ふゆやす ちゅう まいにち しょくせいかつ き つ
冬休み中も毎日の食生活に気を付けながら、
なべ りょうり た
鍋などのあたたかな料理を食べて、
か ぜ ま からだ つく
風邪に負けない体を作りましょう！

