



# 12月 網野学校給食予定献立表

令和7年11月28日  
京丹後市立網野南小学校  
網野学校給食センター

ことし げつ  
\* \* 今年も、あと1か月となりました! \* \*

いよいよ、冬本番です。11月には、京丹後市中でインフルエンザが流行しました。これからは、風邪やノロウイルスなども流行する可能性があります。手洗い・うがいをこまめにして、栄養バランスのとれた食事をとり、体調を崩さないようにしましょう。朝ごはんは温かいものを食べてくると、体の中から温まるのでおすすめです。しっかり食べて、寒さに負けない体をつくりましょう!

12月の給食では、コシヒカリ、九条ねぎ、キャベツ、白菜、水菜、小松菜、里いも、さつまいも、大根、ブロッコリー、かぶ、ほうれん草、にんじん、にんにく、魚などの京丹後市産の食材を使用する予定です。また、おから、豆腐、こんにゃく、牛乳は京丹後市の生産者さんが製造されたものです。12月も、地元産のおいしい食材を味わいましょう!

## 有機米とは?

12月8日は「有機農業の日」ということで12月1日から8日までの6日間、京丹後市でとれた「有機米」を提供します。

有機米とは、化学肥料や農薬を使用せずに作られたお米のことです。

| 1日(月)   |            | 2日(火)  |           | 3日(水)                    |                         | 4日(木)               |             | 5日(金)  |                   |
|---|------------|--------|-----------|--------------------------|-------------------------|---------------------|-------------|--|-------------------|
| 主食  | 有機米ごはん     | 主食     | 有機米ごはん    | 主食                       | 有機米ごはん <span>NEW</span> | 主食                  | 有機米ごはん      | 主食   | 減量有機米ごはん          |
| 主菜  | チャプチェ      | 主菜     | ササミの甘酢がらめ | 主菜                       | 鶏肉のみそソース                | 主菜                  | サワラのフライ     | 主菜   | カレーうどん            |
| 副菜  | 豆腐の中華スープ   | 副菜     | うの花炒り煮    | 副菜                       | ツナのおひたし                 | 副菜                  | ひじきと野菜のソテー  | 副菜   | ササミのサラダ           |
| デザート  | 塩キャラメルポテト  | 副菜     | 白菜のみそ汁    | 副菜                       | ひつつみ                    | 副菜                  | さつまいものスープ   | 副菜   | きんときまめ あまに 金時豆の甘煮 |
| 牛乳  | 牛乳         | 牛乳     | 牛乳        | 牛乳                       | 牛乳 <span>ひつつみの日</span>  | 牛乳                  | 牛乳          | 牛乳   | 牛乳                |
| 8日(月)   |            | 9日(火)  |           | 10日(水)                   |                         | 11日(木)              |             | 12日(金)   |                   |
| 主食  | 有機米ごはん     | 主食     | ごはん       | 主食                       | ごはん                     | 主食                  | ごはん         | 主食   | ごはん               |
| 主菜  | けんちん煮      | 主菜     | マーボー大根    | 主菜                       | 鶏肉の香味揚げ                 | 主菜                  | 白身魚のバジルマヨ焼き | 主菜   | さつまいもとレバーのオーロラソース |
| 副菜  | 昆布和え       | 副菜     | 春雨サラダ     | 副菜                       | きんぴらごぼう                 | 副菜                  | ベーコンと野菜のソテー | 副菜   | 白菜の即席漬け           |
| 副菜  | こんにゃくのピリ辛煮 | 副菜     | 青のりビーンズ   | 副菜                       | 油揚げのみそ汁                 | 副菜                  | ワントンスープ     | 副菜   | わかめのすまし汁          |
| 牛乳  | 牛乳         | 牛乳     | 牛乳        | 牛乳                       | 牛乳                      | 牛乳                  | 牛乳          | 牛乳   | 牛乳                |
| 15日(月)  |            | 16日(火) |           | 17日(水)                   |                         | 18日(木)              |             | 19日(金)   |                   |
| 主食  | 麦ごはん       | 主食     | ごはん       | 主食                       | いりごきごはん                 | 主食                  | 麦ごはん        | 主食   | ごはん               |
| 主菜  | ポークストロガノフ  | 主菜     | 鶏肉のみぞれかけ  | 主菜                       | キスの磯辺揚げ                 | 主菜                  | クリスピーチキン    | 主菜   | たまご 卵のミートカップ      |
| 副菜  | オリヴィエ      | 副菜     | 煮びたし      | 副菜                       | おひたし                    | 副菜                  | 大根とごぼうのサラダ  | 副菜   | 豚肉と野菜のソテー         |
| デザート  | ロシアンティーゼリー | 副菜     | ぶたじる 豚汁   | 副菜                       | のっぺい汁                   | 副菜                  | 高野豆腐のスープ    | 副菜   | 大根のスープ            |
| 牛乳  | 牛乳         | 牛乳     | 牛乳        | 牛乳                       | 牛乳                      | 牛乳                  | 牛乳          | 牛乳   | 牛乳                |
| <span>世界の料理 ロシア</span> <span>カレー皿・スプーン使用</span> |            |        |           | <span>たんご・食の日</span>     |                         | <span>はひ 歯の日</span> |             |  |                   |
| 22日(月)  |            | 23日(火) |           | 24日(水)                   |                         | 25日(木)              |             | <br><b>ふゆやす 冬休み</b> |                   |
| 主食  | ごはん        | 主食     | ごはん       | 主食                       | 大豆ライス                   | 主食                  | ゆかりごはん      |  |                   |
| 主菜  | 冬至グラタン     | 主菜     | サバの松前煮    | 副菜                       | ブロッコリーのツナマヨサラダ          | 主菜                  | グリルチキン      |                     |                   |
| 副菜  | れんこんのソテー   | 副菜     | かぶの甘酢和え   | 副菜                       | マカロニスープ                 | 副菜                  | 大根とハムのサラダ   |  |                   |
| 副菜  | コンソメスープ    | 副菜     | 鶏つくね汁     | デザート                     | チョコカップケーキ               | 副菜                  | にんじんポタージュ   |  |                   |
| 牛乳  | 牛乳         | 牛乳     | 牛乳        | 牛乳                       | 牛乳                      | 牛乳                  | 牛乳          |  |                   |
| <span>とうじ 冬至</span>                             |            |        |           | <span>カレー皿・スプーン使用</span> |                         | <span>クリスマス</span>  |             |  |                   |

※白米は京丹後市産コシヒカリを使用しています。

1日(月)～8日(月)は網野町産・久美浜町産の有機米をいただきます。

※都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。