

12月 献立表



令和7年度
高岡市立こまどり支援学校
富山県立高志支援学校高等部こまどり分教室

日	曜	献立名					使用食品		
		牛乳	主食	普通食	後期食	中期食・中期移行食・初期食	赤	緑	黄
							血や肉になる	体の調子をよくする	熱や力のもとになる
1	月		ごはん	フライぎょうざ 大根サラダ 八宝菜	軟飯 フライぎょうざ 大根サラダ 八宝菜	おかゆ フライぎょうざ 大根サラダ 八宝菜	牛乳 豚肉 いか 豆腐 わかめ	キャベツ 大根 人参 玉ねぎ 白菜 しいたけ たけのこ	ごはん 小麦粉 ごま油 砂糖 片栗粉
2	火		食パン	星型ハンバーグ こんにゃくサラダ ポトフ	食パン 煮こみハンバーグ きゅうりサラダ ポトフ	パンがゆ 煮こみハンバーグ きゅうりサラダ ポトフ	牛乳 鶏肉 豚肉	玉ねぎ きゅうり もやし コーン こんにゃく かぶ 玉ねぎ 人参 キャベツ	パン 油 ごま 砂糖 オリーブ油 じゃが芋
3	水		ごはん	ふくらぎのみそだれがけ ほうれん草の納豆和え かきたま汁	軟飯 ふくらぎのみそ煮 ほうれん草のひたし かきたま汁	おかゆ ふくらぎのみそ煮 ほうれん草のひたし かきたま汁	牛乳 ふくらぎ 納豆 卵 油揚げ 豆腐 みそ	ほうれん草 キャベツ 生姜 玉ねぎ 人参	ごはん 片栗粉 油 米粉 砂糖 麩 ワンタン じゃが芋
4	木		食パン	巣ごもり卵 フルーツ和え ワンタンスープ	食パン 野菜の卵とじ フルーツ和え ワンタンスープ	パンがゆ 野菜の卵とじ フルーツ和え ワンタンスープ	牛乳 卵 豚肉	キャベツ コーン りんご もも バナナ もやし 人参 しいたけ ねぎ	パン 油 ワンタン
5	金		ごはん	さばの塩焼き 切干大根の炒め煮 冬野菜汁	軟飯 さばのうま煮 小松菜の炒め煮 冬野菜汁	おかゆ さばのうま煮 小松菜の炒め煮 冬野菜汁	牛乳 さば 油揚げ さつまあげ 鶏肉 豆腐	切干大根 小松菜 人参 白菜 こんにゃく しめじ ねぎ 玉ねぎ	ごはん じゃが芋 砂糖 油
6	土								
7	日								
8	月		ごはん	豚肉のジャンロー ほうれん草のコーン和え みそけんちん汁	軟飯 豚肉の生姜煮 ほうれん草のコーン和え みそけんちん汁	おかゆ 豚肉の生姜煮 ほうれん草のコーン和え みそけんちん汁	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 みそ	生姜 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ コーン 人参 ごぼう ねぎ	ごはん 砂糖 油 里芋
9	火		2/3 コッペパン	オムレツ 白菜とりんごのサラダ トマトスパゲティ	2/3コッペパン オムレツ 白菜とりんごのサラダ トマトスパゲティ	パンがゆ オムレツ 白菜とりんごのサラダ トマトスパゲティ	牛乳 卵 ベーコン	白菜 キャベツ りんご 人参 玉ねぎ マッシュルーム コーン トマト	パン スパゲティ 砂糖 油
10	水		ごはん	赤魚のたれがけ 小松菜のオイスター炒め 大根とわかめのみそ汁	軟飯 赤魚の立田揚げ 小松菜のオイスター炒め 大根のみそ汁	おかゆ 赤魚の立田揚げ 小松菜のオイスター炒め 大根のみそ汁	牛乳 赤魚 鶏肉 油揚げ わかめ みそ	生姜 しめじ 玉ねぎ 小松菜 大根 人参 ねぎ キャベツ	ごはん 米粉 片栗粉 油 砂糖 じゃが芋 ワンタン
11	木		コッペパン <small>地場産品献立</small>	きなこ豆 ドレッシングサラダ 大根ポタージュ	コッペパン きなこ豆 ドレッシングサラダ 大根ポタージュ	パンがゆ きなこ豆 ドレッシングサラダ 大根ポタージュ	牛乳 大豆 きなこ 鶏肉	キャベツ きゅうり 人参 大根 玉ねぎ	パン 片栗粉 油 砂糖 ごま 小麦粉 マーガリン
12	金		ごはん	いわしの梅煮 即席づけ おでん	軟飯 いわしの梅煮 白菜の和えもの おでん	おかゆ いわしの梅煮 白菜の和えもの おでん	牛乳 いわし 厚揚げ さつま揚げ 昆布	白菜 人参 きゅうり 大根 玉ねぎ 梅こんにゃく	ごはん じゃが芋 砂糖
13	土								
14	日								
15	月		ごはん <small>郷土食献立</small>	揚げだし豆腐のごまだれがけ かぶの色とり 豚汁 青りんごゼリー	軟飯 揚げだし豆腐のごま煮 かぶの色とり 豚汁 青りんごゼリー	おかゆ 揚げだし豆腐のごま煮 かぶの色とり 豚汁 青りんごゼリー	牛乳 豆腐 豚肉 みそ	かぶ かぶの葉 きゅうり 人参 大根 ねぎ こんにゃく 青りんご	ごはん 片栗粉 油 砂糖 ごま さつま芋
16	火		米粉入り パン	高岡元気コロッケ 三色ナムル 肉団子スープ	米粉入りパン 高岡元気コロッケ 三色ナムル 肉団子スープ	米粉入りパンがゆ 高岡元気コロッケ 三色ナムル 肉団子スープ	牛乳 豚肉 卵 チーズ	りんご 玉ねぎ 人参 もやし きゅうり 生姜 白菜 しいたけ たけのこ ねぎ	パン 米粉 さつま芋 バター 油 パン粉 春雨
17	水		麦ごはん	厚焼き卵 海藻サラダ 和風カレー	軟飯 厚焼き卵 キャベツサラダ 和風カレー	おかゆ 厚焼き卵 キャベツサラダ 和風カレーシチュー	牛乳 卵 わかめ 鶏肉	人参 玉ねぎ ねぎ 生姜 きゅうり キャベツ	ごはん 麦 油 じゃが芋 ごま 砂糖
18	木		クリスマス ライス <small>クリスマス献立</small>	照り焼きチキン 野菜のサラダ 卵とコーンのスープ クリスマスケーキ	軟飯 鶏肉のうま煮 野菜のサラダ 卵とコーンのスープ クリスマスケーキ	おかゆ 鶏肉のうま煮 野菜のサラダ 卵とコーンのスープ クリスマスケーキ	牛乳 ベーコン 鶏肉 卵 豆乳	玉ねぎ ビーマン しめじ 人参 ブロッコリー コーン パセリ キャベツ	ごはん バター 油 マーガリン 砂糖 水あめ 米粉
19	金		高岡 食19丼 	高岡野菜の肉みそ丼 フライドポテト わかめのすまし汁 ヨーグルト	軟飯 高岡野菜の肉みそ煮 ポテト煮 豆腐のすまし汁 ヨーグルト	おかゆ 高岡野菜の肉みそ煮 ポテト煮 豆腐のすまし汁 ヨーグルト	牛乳 豚肉 赤みそ わかめ 豆腐 ヨーグルト	にんにく 生姜 ねぎ しいたけ 玉ねぎ たけのこ 大根 人参	ごはん 砂糖 片栗粉 じゃが芋
20	土								
21	日								
22	月		ごはん <small>冬至献立</small>	ししゃものフリッター 青菜としいたけのひたし 冬至うどん	軟飯 いわしの生姜煮 青菜のひたし 冬至うどん	おかゆ いわしの生姜煮 青菜のひたし 冬至うどん	牛乳 ししゃも いわし 油揚げ みそ	小松菜 キャベツ 生姜 かぼちゃ 大根 ごぼう 人参 しいたけ	ごはん 小麦粉 油 うどん じゃが芋
23	火		コッペパン	豚肉とレバーのケチャップがらめ ブロッコリーサラダ キャベツのスープ	コッペパン 豚肉とレバーのケチャップ煮 ブロッコリーサラダ キャベツのスープ	パンがゆ 豚肉とレバーのケチャップ煮 ブロッコリーサラダ キャベツのスープ	牛乳 豚肉 豚レバー 大豆 ベーコン	生姜 ブロッコリー 人参 コーン キャベツ 玉ねぎ しめじ	パン 米粉 片栗粉 砂糖 ごま じゃが芋

<2学期>

12月23日（火） 給食終了
12月24日（水） 終業式



<3学期>

1月8日（木） 始業式
1月9日（金） 給食開始