

給食だより 12月号



上勝町学校給食共同調理場
令和7年11月28日発行

新年への願いを込めた お正月の行事食

新しい年の始まりであるお正月は、その年の幸福や豊作をもたらす「歳神様」(年神様・歳徳神)を各家庭にお迎えする日本の伝統行事です。家族そろって、おせち料理やお雑煮といった正月料理を食べ、新年の無事を祈ります。現在では、おせち料理を手作りする家庭が減っており、洋風や中華風などバラエティー豊かなおせち料理が販売されていますが、伝統的なおせち料理には、新年への願いを込めた縁起の良い食べ物が使われています。



伝統的なおせち料理の意味や込められた願い

※地域や家庭によって違いがあります。



一の重 (祝い肴・口取りなど)

- 黒豆** まめ (まじめ・健康) に暮らせるように。
- 数の子** 子宝に恵まれるように。
- 田作り** (ごまめ) 豊作を願って。
- たたきごぼう** 家族や家業が土地に根を張るように。
- 伊達巻** 知識や教養が身につくように。
- きんとん** 金運に恵まれるように。
- 紅白かまぼこ** 赤は魔除け、白は清浄を表す。

二の重 (酢の物・焼き物など)

- ブリ** 出世できるように。
- タイ** 「めでたい」の語呂合わせ。
- エビ** 長生きできるように。
- 紅白なます** お祝いの水引を表す。

三の重 (煮物など)

- 里いも** 子宝に恵まれるように。
- れんこん** 将来を見通せるように。
- くわい** 出世できるように。
- 昆布巻き** 「よろこぶ」の語呂合わせ。

令和7年12月(小学校) 学校給食予定献立表

日付	献立名	ち・ほね・にくをつくるたべもの(あか)	ねつやちからになるたべもの(きいろ)	からだのちょうしをととのえるたべもの(みどり)	エネルギーたんぱく脂質
1月	ごはん、ぎゅうにゅう、しろみぎかなのあげにそくせきづけ、とりごぼうじる	ぎゅうにゅう、さわらとりにく、とうふ	ごはん、かたくりこあぶら、さとう	きゅうり、にんじん、しめじ、キャベツ、ごぼう、こまつな	665kcal 31.2g 22.9g
2火	ごはん、ぎゅうにゅう、ぶたにくのごまみそちくぜんにこまつなのびたし	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ちくわ、あつあげ、わかめ、かつおぶし	ごはん、さとう、ごまごまあぶら	こんにゃく、だけのこ、ごぼう、さやいんげん、しいたけ、にんじん、こまつな、えのき	671kcal 26.3g 24.6g
3水	ごはん、ぎゅうにゅう、はっぼうさい、あげぎょうざ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、いか、えび、うすらたまご	ごはん、かたくりこあぶら、こむぎごまあぶら	だけのこ、はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、チンゲンサイ、グリーンピース、しょうが	686kcal 26.3g 27.1g
4木	ごはん、ぎゅうにゅう、のりつくだに、だいこんとさいいものそぼろにきゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう、ぶたにく、わかめ、だいず、あぶらあげのり	ごはん、さいいも、あぶらさとう、ごま	だいこん、こんにゃく、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、しょうが、キャベツ、きゅうり、ゆず	615kcal 27.0g 15.3g
5金	プレーンパン、ぎゅうにゅう、とりにくとやさいのトマトにマカロニサラダ	ぎゅうにゅう、とりにく、ぎょうにソーセージ	パン、じゃがいも、さとうあぶら、マカロニ、エッグケア	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、きゅうり、キャベツ	676kcal 25.2g 30.7g
8月	ごはん、ぎゅうにゅう、あげどりのやさいあんかけ、あつあげのみそじる	ぎゅうにゅう、とりにく、あつあげ	ごはん、かたくりこあぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ	647kcal 31.9g 20.1g
9火	ハヤシライス、ぎゅうにゅう、グリーンサラダ	ぶたにく、ぎゅうにゅう、ぎょうにソーセージ	ごはん、じゃがいも、さとう、オリーブオイル、あぶら	たまねぎ、にんじん、キャベツ、トウモロコシ、ブロッコリー、グリーンピース	704kcal 19.9g 25.0g
10水	ごはん、ぎゅうにゅう、とうふとえびのチリソースにパンパンジー	ぎゅうにゅう、とうふ、えび、ぶたにく、とりにく	ごはん、ごまあぶら、かたくりこ	しいたけ、にんじん、たまねぎ、だけのこ、えだまめ、きゅうり、もやし、ねぎ	629kcal 31.4g 17.6g
11木	ごはん、ぎゅうにゅう、さばのみぞれに、きゅうりのとさあえ、ごもくひじき	ぎゅうにゅう、かつおぶし、とりにく、さつまあげ、ひじき	ごはん、あぶら、さとう	きゅうり、レモン、にんじん、こんにゃく、えだまめ、だいこん	614kcal 26.8g 19.1g
12金	プレーンパン、ぎゅうにゅう、やきそば、ほうれんそうとたまごのスープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かつおぶし、たまご、とうふ、ちくわ、あおのり	パン、ちゅうかめん、あぶら	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう	696kcal 28.9g 29.9g
15月	チキンライス、ぎゅうにゅう、ポテトスープ、レアチーズケーキ	とりにく、ぎゅうにゅう、ウインナー、レアチーズケーキ	ごはん、じゃがいも、マカロニ、あぶら	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、こまつな、たまねぎ、パセリ、マッシュルーム	694kcal 22.2g 24.4g
16火	ごはん、ぎゅうにゅう、いわしのしょうがに、しおこんぶあえ、きくいものきんぴら	ぎゅうにゅう、いわし、こんぶ、ぶたにく、さつまあげ	ごはん、きくいも、あぶら、さとう、ごまあぶら	きゅうり、ごぼう、にんじん、こんにゃく、さやいんげん、キャベツ	645kcal 23.2g 23.3g
17水	ごはん、ぎゅうにゅう、やさいコロケ、ポイルキャベツ、さわにわん、ソース	ぎゅうにゅう、ぶたにく	ごはん、じゃがいも、あぶら、ばんこ、こむぎごさとう	キャベツ、にんじん、だいこん、えのきだけ、ねぎ、かぼちゃ、たまねぎ、えだまめ	623kcal 19.1g 19.9g
18木	わかめごはん、ぎゅうにゅう、ゆずみそおでん、ほうれんそうとほくさいのおかかあえ	わかめ、ぎゅうにゅう、とりにく、ちくわ、さつまあげ、うすらたまご、かつおぶし	ごはん、さいいも、さとう	こんにゃく、だいこん、にんじん、ゆず、ほうれんそう、はくさい	641kcal 28.4g 18.5g
19金	プレーンパン、ぎゅうにゅう、マカロニグラタン、にくだんごのコンソメスープ	ぎゅうにゅう、とりにく、チーズ、ぶたにく	パン、マカロニ、こむぎご、バター	たまねぎ、ブロッコリー、とうもろこし、にんじん、キャベツ、むきえだまめ	604kcal 27.3g 26.6g
22月	すくなめごはん、ぎゅうにゅう、みそにこみうどん、ひじきとツナのあえもの	ぎゅうにゅう、とりにく、ちくわ、あぶらあげ、ひじき、ツナ	ごはん、うどん、さとう、ごま	にんじん、ごぼう、ねぎ、キャベツ、こまつな	586kcal 26.8g 17.1g
23火	ごはん、ぎゅうにゅう、クリームハンバーグ、やさいスープ、ココアとイチゴのカップケーキ	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、ウインナー	ごはん、あぶら、ココアとイチゴのカップケーキ	たまねぎ、マッシュルーム、にんじん、キャベツ、とうもろこし、パセリ	690kcal 19.3g 24.7g

※材料購入等の都合により、やむをえず献立を変更することがあります。ご了承ください。