令和8年
12月 の予定献立表

※材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。
※魚、肉類(鶏・牛・豚)には骨がある可能性がありますので、
よくかんで気を付けて食べましょう。
※食事の際は、注意してよくかんで食べましょう。

浦添市立学校給食当山共同調理場
TEL: 877-1217
FAX: 877-8717

学校給食の栄養基準		E=ｴﾈﾙｷﾞｰ	P=ﾀﾝﾊﾟｸ質	F=脂質
	小学校	650	27	18

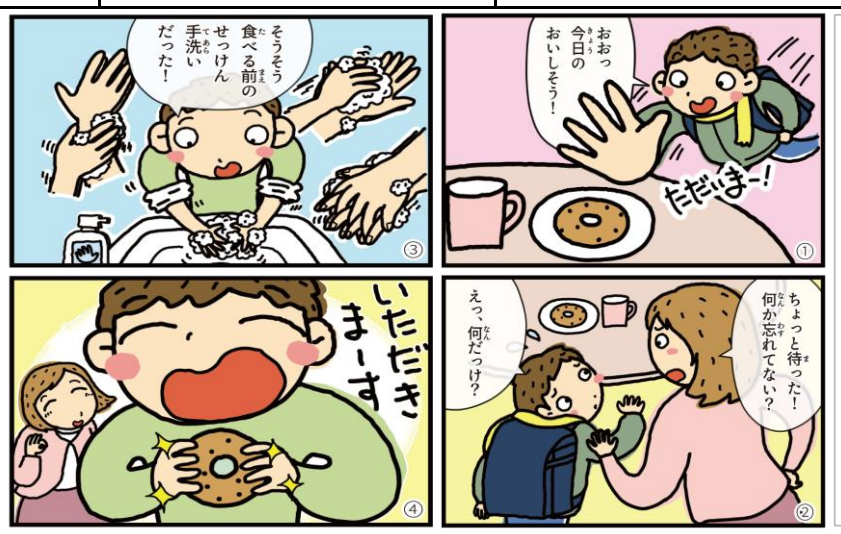
こんだて	**食に関する指導目標** 『風邪を予防する食生活を身につけよう』 **給食指導目標** 『衛生的に食事をしよう』	1(火) 風邪予防にビタミンA・C・E マリネサラダ 牛乳 ほきのにんじんソースやき こくとうパン ヌードルスープ 港川小5年	2(水) 石狩汁ってどんな料理？ からしあえ 牛乳 れんこんいりひらつくね ごはん いしかりじる 港川小5年・内間小1年欠食	3(木) 12/3はみかんの日 ぶたどん(ぐ) (ごはんにのせる) みかん 牛乳 むぎごはん なめこのみそしる	4(金) トマトが赤い色のひみつ チャプチェ 牛乳 にくだんごのあんかけ ごはん たまごとトマトのスープ
小学校		E 627 P 28.8 F 23.0	E 616 P 26.7 F 19.1	E 611 P 24.2 F 16.1	E 598 P 23.8 F 17.5
こんだて		7(月) 甘い香りの王林です りんご 牛乳 バンバンジー むぎごはん マーボーだいこん	8(火) 正しい手洗いをしよう 牛乳 チキンとマカロニのサラダ きなこあげパン マンハッタンクラムチャウダー 前田小5年欠食	9(水) さばで脳も体もパワーアップ 牛乳 にくじゃが サバのしおやき ごはん かきたまじる 前田小5年欠食	10(木) 発酵食品ってなんだろう？ 牛乳 チーズ サイダーゼリーポンチ むぎごはん ポークカレー	11(金) 12/13はビタミンの日 牛乳 ミルメーク(いちご) けんさんまぐろカツレツ キムチのたきこみごはん はくさいのおかかあえ
小学校		E 643 P 24.8 F 18.5	E 609 P 22.1 F 20.9	E 648 P 28.6 F 23.4	E 694 P 23.1 F 20.4	E 594 P 26.2 F 19.4
こんだて		14(月) 冬野菜の栄養 牛乳 すきやき あつやきたまご ごはん じゃがいものみそしる 沢岻小6年欠食	15(火) とろける甘さ紅まどんな みかん 牛乳 キーマカレー (パンにはさんでたべてね) コッペパン とうにゅうクリームスープ 沢岻小6年・浦城小3年欠食	16(水) 食品ロスを減らそう とうにゅうだいふく 牛乳 しゅうまい チャーハン はるさめサラダ 浦城小ドリーム2・9欠食	17(木) 第3木曜日は琉球料理の日 牛乳 せんぎりイリチー べにいもだんご ごはん イナムドゥチ	18(金) 感染症を予防しよう 牛乳 はるまき たんたんめん(スープ) たんたんめん(めん・ぐ)
小学校		E 600 P 26.9 F 18.8	E 592 P 25.7 F 21.4	E 627 P 21.9 F 19.4	E 648 P 24.3 F 20.5	E 663 P 27.7 F 31.0
こんだて		21(月) 冬においしい白菜 牛乳 ナムル やきぎょうざ ごはん スンドゥブチゲ 神森小・港川小欠食	22(火) トゥンジー(冬至) 牛乳 はちみつゆずゼリー かぼちゃひきにくフライ トゥンジージューシー ミミガーのごまあえ	23(水) 大根は食べ方いろいろ だいこんサラダ ジョア(プレーン) むぎごはん ビーフストロガノフ	24(木) 和食のよいところ 牛乳 きんぴらごぼう いわしのかんろに ごはん しろみそしる	25(金) クリスマスこんだて クリスマスケーキ (小麦・乳・卵不使用) 牛乳 ハニーマスタードチキン ミートソーススパゲッティー ブロッコリーサラダ
小学校		E 625 P 23.8 F 22.7	E 642 P 21.2 F 30.1	E 603 P 21.1 F 12.0	E 675 P 28.4 F 23.1	E 654 P 28.0 F 29.0



冬至は、1年のうちで最も太陽が低い位置にくるため、昼は短く、夜が長くなる日とされ、この日を境に太陽が生まれ変わり、運が向いてくると考えられていたことから、ゆず湯で身を清め、邪気を払う小豆、「ん」のつく食べ物を食べて「運を呼び込む風習」があります。

「ん」のつく食べ物で「運」を呼び込もう！





※令和8年度は、物価高騰の影響による保護者の負担軽減を図るため、物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金等を活用し、保護者の学校給食負担はありません。
※毎月、給食使用食材の産地公開と給食写真の掲載をしています。(浦添市ホームページサイト内キーワード「学校給食調理場」で検索)
※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学校においても毎日確認して、誤食に注意しましょう。

来年の干支は「未」です

給食のページへGO!