

# 2025ねん12がつきゅうしょくこんだてひょう いがっこ給食センター元気



月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
 エネルギー: 659 kcal たんぱくしつ: 25.7 g ししつ: 21.8 g	 エネルギー: 567 kcal たんぱくしつ: 22.1 g ししつ: 16.1 g	 エネルギー: 570 kcal たんぱくしつ: 27.6 g ししつ: 19.1 g	 エネルギー: 561 kcal たんぱくしつ: 27.1 g ししつ: 13.5 g	 エネルギー: 561 kcal たんぱくしつ: 19.2 g ししつ: 14.1 g
あか き みどり 8	あか き みどり 9	あか き みどり 10	あか き みどり 11	あか き みどり 12 ◎いがスマイル給食◎
 エネルギー: 595 kcal たんぱくしつ: 24.3 g ししつ: 17.2 g	 エネルギー: 634 kcal たんぱくしつ: 24.1 g ししつ: 19.2 g	 エネルギー: 598 kcal たんぱくしつ: 24.9 g ししつ: 22.1 g	 エネルギー: 642 kcal たんぱくしつ: 24.3 g ししつ: 19.7 g	 エネルギー: 610 kcal たんぱくしつ: 24.9 g ししつ: 19.8 g
あか き みどり 15	あか き みどり 16 ◎いがスマイル給食◎	あか き みどり 17 クリスマスこんだて	あか き みどり 18 冬至こんだて	あか き みどり 19 年越しこんだて◎いがスマイル給食◎
 エネルギー: 629 kcal たんぱくしつ: 22.2 g ししつ: 21.5 g	 エネルギー: 610 kcal たんぱくしつ: 24.2 g ししつ: 19.4 g	 エネルギー: 669 kcal たんぱくしつ: 25.8 g ししつ: 29.3 g	 エネルギー: 588 kcal たんぱくしつ: 26.5 g ししつ: 15.3 g	 エネルギー: 593 kcal たんぱくしつ: 24.0 g ししつ: 15.4 g
あか き みどり 22	あか き みどり いろ	あか き みどり しょっき	あか き みどり ひづけ	 いがし きょういくいん かい 伊賀市教育委員会のホームページにて、献立表を公開しています。「献立詳細」をみると、それぞれの料理に使われる材料がわかります。ご活用ください。 <a href="https://school.iga.ed.jp/">https://school.iga.ed.jp/</a>
 エネルギー: 658 kcal たんぱくしつ: 19.7 g ししつ: 22.5 g	み ど り オ レ ン ジ	み ど り オ レ ン ジ	み ど り オ レ ン ジ	その日のメニュー (もりつけ図)
 12月22日	み ど り オ レ ン ジ	み ど り オ レ ン ジ	み ど り オ レ ン ジ	リクエストの学校名は、紙面の都合で略称で記載します。 久米→久 上野北→北 府中→府 中瀬→中 上野南→南 成和東→東 成和西→成西 三訪→三 柿植→柿 柿植→柿 王生野→王 島ヶ原→島 阿山→阿 大山田A組→大A 大山田B組→大B 青山1組→青山1 青山2組→青山2
 「ん」のつく食べ物で「運」を呼び込もう!	 12/11 (木) の有機米とは、化学肥料や農薬を使わずに育てられたお米のことです。	 6年生対象に給食リクエストアンケートを実施しました。 11月から3月まで、リクエストにお応えした献立を実施しています！リクエストメニューには「★」がついていて、リクエストのあった学校名(略称)が書いてあります。 また、3学期には、投票で1番人気の味の揚げパンが登場します。お楽しみに♪	 あなたの好きな給食は？	

※献立は、中学年（3・4年生）のエネルギー量を掲載しています。※材料の都合により、献立を変更する場合があります。