

令和7年度 標準献立

[ 小学校 標準献立 ]

2025年 12月

No	主食	牛乳	おかず	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
1	ごはん		厚焼きたまご 小松菜とツナの磯和え じゃがいもと厚揚げのみそ汁 りんご(1/6)	584 kcal 25.3 g 20.3 g 2.0 g
2	そばろごぼうごはん		鯖のごま焼き 小松菜とじゃこの和え物 さと芋のみそ汁 みかん(1/2)	575 kcal 27.8 g 21.5 g 2.1 g
3	豆腐の中華丼		切り干し大根の中華和え 春雨スープ みかん(1/2)	589 kcal 24.1 g 17.2 g 2.1 g
4	カレーミートチーストースト		白菜と大根のスープ煮 さつまいものアーモンド揚げ りんご(1/6)	638 kcal 23.7 g 24.6 g 1.5 g

