

令和7年度(12月1日～12月12日)

12月 小学校給食献立表

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を
変更することがあります。

※「＊」は、除去食対応日の除去対象食品(鶏卵・うずら卵・マヨネーズ)についています
※「塩」の使用について:献立の材料名欄に記載されていなくても、"ゆで塩"など、味をのえること等を目的に使用することがあります。

※栄養三色(□○△)

<食品を栄養素の働きにより、三つに分類しています>

- …黄色の食品(熱や力のものとなる食品 炭水化物・脂質)
- …赤色の食品(血や肉のものとなる食品 たんぱく質・カルシウム)
- △…緑色の食品(汗の排泄を助ける食品 ベジタブル)

	エネルギー/たんぱく質											
4年	584kcal	23.7g	588kcal	22.0g	626kcal	22.3g	559kcal	19.2g	558kcal	24.7g	592kcal	25.9g



川西市のホームページでは、給食に関する情報や連絡情報を掲載しています。
(例: 主な食材の配合内容表やレシピ集など)



寒さに負けない！ 冬休みの生活習慣



令和7年度(12月15日～12月23日)

12月 小学校給食献立表

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を
変更することがあります。



体調をくずさないように規則正

いい生活习惯と栄養バランスの

よい食事を心がけて、楽しい冬

休みを迎えられるようにしましょう



12月は、冬に旬を迎える食材をたくさん使っていきます。川西市産のだいこん、きやべつ、さといもを出来る限り使用する予定です。同一日に市内一斉使用が難しい場合は、数校ごとに順番で使用しています。

川西市内で丁寧に育てられた作物を味わえる機会を大切にしていきましょう。



食育の日
冬至献立



22日は冬至です

きざみうどん ゆずなます

冬至は、一年の中で昼の時間が最も短くなるです。今年の冬至は22日で給食最終日が近いめ、19日を冬至の日の献立にしました。

冬至の日には、「ん」のつくものを食べたり、
す湯に入る習わしがあり、幸せを願ったり、
気を払う意味があります。体をあたためて元
に過ごしましょう。

