

令和6年度

12月

給食予定献立表

小鹿野町学校給食センター
三田川小学校

日 曜	献立名			ちや ^ち 肉 ^く 、骨 ^{ほね} や歯 ^は に	からだの調子を	ねつ ^{ねつ} や力 ^{ちから} のもとに	I値 ^い - kcal	たんぱく ^{たんぱく} しつ ^{しつ} g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜	なる食品	ととのえる食品	なる食品		
2 月	ごはん		はくさいのみそ汁 メンチカツ パックソース きりぼしだいこんのいために	牛乳 あぶらあげ みそ ぶたにく さつまあげ	にんじん はくさい たまねぎ えのき こんにゃく きりぼしだいこん いんげん	米 こむぎこ パンこ あぶら さとう	638	22.2
3 火	ごはん ふりかけ (おかか)		すきやきふうに だいこんサラダ	牛乳 ぶたにく やきどうふ ささみ カツオブシ	にんじん たまねぎ しらたき ながねぎ ショウガ だいこん こまつな コーン	米 さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ	603	26.2
4 水	しょくパン チョコマーシャル		みそわんたんスープ チキンナゲット (2こ) ポテトのチーズいため	牛乳 とりにく みそ だいず だっしふんにゅう ベーコン チーズ	にんじん もやし ながねぎ チンゲンサイ ショウガ 玉ねぎ パセリ	パン わんたん ごまあぶら ココア こむぎこ パンこ じゃがいも あぶら	604	25.5
5 木	とりごぼうごはん		あじフィレフライ いりたまごあえ みかん	牛乳 とりにく あぶらあげ あじ たまご	にんじん ごぼう こんにゃく ほうれんそう キャベツ みかん	米 さとう あぶら こむぎこ パンこ あぶら ごまあぶら ごま	597	22.7
6 金	じごなうどん		カレーうどん汁 ちくわのいそべあげ (2こ) おかかあえ	牛乳 とりにく あぶらあげ みそ ちくわ あおのり カツオブシ	にんじん たまねぎ ながねぎ ショウガ こまつな はくさい コーン	じごなうどん こむぎこ あぶら さとう ごま	622	25.9
9 月	ふりかえきゅうぎょうびのため、きゅうしよくなし							
10 火	キムタクごはん		はるまき いかとはるさめのサラダ ヨーグルト	牛乳 ぶたにく いか ヨーグルト	にんじん はくさいキムチ だいこん (たくあん) キャベツ たけのこ	米 さとう ごまあぶら あぶら ごま こむぎこ はるさめ	648	21.9
11 水	コッペパンスライス		パンネミートソース和え ブロッコリーサラダ フルーツクリーム	牛乳 とりにく ベーコン にゅうせいひん	にんじん たまねぎ パセリ トマト ニンニク もも みかん パイン キャベツ ブロッコリー	パン ペンネマカロニ あぶら ホイップクリーム さとう コンドレッシング ノンエッグマヨネーズ	611	23.0
12 木	ごはん		だいこんのみそしる ぶたにくのみそいため こまつなとれんこんのサラダ	牛乳 とうふ あぶらあげ みそ ぶたにく ツナ ひじき	にんじん だいこん ながねぎ キャベツ たまねぎ ショウガ れんこん こまつな	米 さとう あぶら かたくりこ ごまドレッシング	602	26.1
13 金	ちゅうかめん		とんこつふうラーメン汁 まめいりキャラメルポテト わかめサラダ	牛乳 ぶたにく かまぼこ だいず ツナ わかめ	にんじん もやし ながねぎ キクラゲ コシコシ キャベツ コーン	ちゅうかめん あぶら さつまいも さとう かたくりこ マーガリン わふうドレッシング	641	25.4
16 月	むぎごはん		チキンカレー オムレツ ナムル	牛乳 とりにく たまご	にんじん たまねぎ コシコシ もやし こまつな	米 おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう ごまあぶら ごま	645	26.1
17 火	わかめごはん		とんじる ますのおおやき ごまマヨネーズ和え	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ ます	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ ブロッコリー はくさい	米 さといも あぶら ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ ごま さとう	590	25.1
18 水	ツイストパン	ジョア いちご	とうにゅうコーンシチュー クリスピーチキン キャベツサラダ	ジョア ベーコン とうにゅう とりにく	にんじん たまねぎ コーン パセリ レタス キャベツ いちご	パン じゃがいも こめこ あぶら オリーブあぶら ほくりきこ パンこ コンフレック イタリアンドレッシング	603	25.1
19 木	チキンライス		ほしのマカロニ入りやさいスープ ほしのハンバーグ ミニロールケーキ	牛乳 とりにく ぶたにく ウィンナー たまご にゅうせいひん	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ セロリー トマト	米 あぶら オリーブあぶら ほしのパスタ さとう こむぎこ チョコレート	601	23.6
20 金	げんまい入りごはん ごましお		かきたまじる かぼちゃとさつま芋のコロッケ ちくぜんに	牛乳 とうふ なると たまご とうにゅう とりにく	にんじん チンゲンサイ かぼちゃ れんこん ごぼう こんにゃく	米 ごまあぶら さつまいも じゃが芋 こむぎこ パンこ あぶら さとう ごま	616	23.8

*材料等の都合により、献立内容が変更になる場合があります。



18日(水)19日(木)



20日(金)今年の冬至は21日です。

