

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  
長若小学校

日	曜	献立名			血や肉、骨や歯に	からだの調子を	熱や力のもとに	kcal	たんぱく質
		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 バックソース 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	ふりかえきゅうぎょうびのため、きゅうしょくなし							
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 だいす 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	ごはん		じゃがいものみそ汁 ハンバーグ わふうソース ほうれんそうのソテー	牛乳 あぶらあげ みそ わかめ ぶたにく とりにく ベーコン	にんじん たまねぎ ショウガ ほうれんそう コーン	米 じゃがいも あぶら マーガリン さとう	613	23.1
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 コニク 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 だいす ツナ わかめ	にんじん もやし ながねぎ キクラゲ コシカサ 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 コシカサ 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 ますのしおやき 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 クリスマスチキン 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 はくりきこ パンこ コーンフレーク 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 ビーマン 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
23	月	ごはん		マーボーとうふ にんじんしゅーまい(2こ) いそかあえ	牛乳 ぶたにく とりにく とうふ みそ さかなすりみ のり	にんじん たまねぎ ながねぎ 刺身竹 コシカサ ほうれんそう はくさい もやし	米 さとう あぶら ごまあぶら かたくりこ こむぎこ	619	26.2

\*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。

