















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
両神小学校

| 日 曜 | 献立名 | | | ちや ^ち 肉 ^{にく} 、骨 ^{ほね} や ^ほ 歯 ^は に | からだの調子を | ねつ ^{ねつ} ちから ^{ちから} のもとに | I類 ^I - kcal | たんば ^{たんば} くしつ ^{くしつ} 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 | 638 770 | 22.2 26.8 | |
| 3日 | 火 | ふりかえきゅうぎょうびのため、きゅうしよくなし | | | | | | | |
| 4日 | 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コ) 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 | 604 789 | 25.5 31.6 |
| 5日 | 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 | 597 764 | 22.7 28.7 |
| 6日 | 金 | じごなうどん |  | カレーうどん汁 ちくわのいそべあげ(2コ) 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 | 622 778 | 25.9 32.1 |
| 9日 | 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 | 613 760 | 23.1 28.0 |
| 10日 | 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 | 648 777 | 21.9 26.3 |
| 11日 | 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 | 611 782 | 23.0 28.8 |
| 12日 | 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 | 602 736 | 26.1 31.7 |
| 13日 | 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 | 641 781 | 25.4 30.3 |
| 16日 | 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 | 645 791 | 26.1 31.0 |
| 17日 | 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 | 590 721 | 25.1 30.6 |
| 18日 | 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 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 | 603 775 | 25.1 31.5 |
| 19日 | 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 | 601 749 | 23.6 30.0 |
| 20日 | 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 | 616 765 | 23.8 28.5 |
| 23日 | 月 | ごはん |  | マーボーどうふ にんじんしゅーまい(2コ) 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 ホトトギス コシコシ 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 | 619 747 | 26.2 31.3 |

*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。

