



給食献立表 12月



給食回数 16回

令和6年度

日	曜	こ ん だ て	おもなざいりょう			調 味 料
			(赤) 血や肉になる	(黄) 熱や力になる	(緑) からだの調子を整える	
2	月	 こくとうパン だいずとさつまいものとうゆうシチュー ふゆやさいのサラダ	牛乳 鶏肉 大豆 豆乳 まぐろ水煮 ひじき	こくとうパン さつまいも サラダ油 さとう	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース だいこん キャベツ はなつこりー	シチュールー コンソメ こしょう 酢 しょうゆ 塩
3	火	 ごはん たまごやき はくさいのごますあえ さといものにも	牛乳 厚焼きたまご 鶏肉 さつまあげ 生揚げ	ごはん すりごま さとう こんにゃく	はくさい もやし こまつな にんじん さといも だいこん さやいんげん	酢 しょうゆ 塩 酒 みりん だしかつお
4	水	 パン いちごジャム ツナサラダ ビーンズスープ みかん	牛乳 まぐろフレーク 白いんげん豆 ひよこ豆 豚肉	パン いちごジャム さとう	キャベツ きゅうり にんじん コーン かぶ たまねぎ しめじ パセリ みかん	マヨネーズ 酢 こしょう コンソメ しょうゆ 塩
5	木	 ごはん いわしのかんろに もやしとしゅんぎくのきんしあえ とうふのくずに	牛乳 いわしかんろ煮 きんし卵 豆腐 鶏肉	ごはん さとう サラダ油 でんぶん	しゅんぎく もやし にんじん だいこん たまねぎ ねぎ	酢 しょうゆ おろししょうが だしかつお 塩
6	金	 ごはん とりにくのさつぱりに おひたし しつちよるなべ プチりんごゼリー	牛乳 鶏肉 いわしミニボール やきふ かつおぶし 麦みそ	ごはん さとう すりごま プチりんごゼリー	もやし ほうれんそう にんじん さといも はくさい ごぼう はなつこりー しいたけ	おろしにんにく おろししょうが 酢 みりん 酒 しょうゆ にぼしだし
9	月	 パン チョコだいず にくだんごとやさいのスープに れんこんのツナマヨサラダ	牛乳 ミートボール ツナ水煮	パン チョコ大豆 じゃがいも さとう	たまねぎ はくさい にんじん しめじ さやいんげん れんこん だいこん きゅうり	コンソメ しょうゆ 塩 こしょう マヨネーズ 酢
10	火	 ごはん しゅうまい もやしのちゅうかあえ マーボーだいこん	牛乳 しゅうまい 豚肉 豆腐 赤みそ	ごはん いりごま さとう ごま油 でんぶん	もやし はくさい ほうれんそう にんじん だいこん たまねぎ ねぎ しいたけ	酢 しょうゆ おろししょうが おろしにんにく トウバンジャン 中華スープ 酒
11	水	 しょうパン ミートスパゲティ はなつこりーサラダ	牛乳 牛肉 豚肉 まぐろ水煮	パン スパゲティ すりごま 米ぬか油 さとう	たまねぎ にんじん グリーンピース はなつこりー 大根 ホールコーン	おろしにんにく 赤ワイン トマトケチャップ ウスターソース コンソメ 塩 こしょう 酢 しょうゆ
12	木	 おやこどん ひじきいりすのもの りんご	牛乳 鶏肉 卵 ひじき まぐろフレーク	ごはん さとう でんぶん	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ キャベツ こまつな りんご	みりん しょうゆ だしかつお 酢
13	金	 ごはん さばのしょうがに だいこんのゆずふうみあえ かぼちゃのみそしる	牛乳 さばのしょうが煮 ちくわ 生揚げ 麦みそ	ごはん さとう	だいこん はくさい にんじん ゆず かぼちゃ たまねぎ えのきだけ ねぎ	酢 しょうゆ 塩 だしりりこ
16	月	 パン りんごジャム じゃがいもサラダ かぶのクリームに	牛乳 鶏肉 豆乳 ポークウインナー	パン りんごジャム じゃがいも 米ぬか油 さとう	キャベツ こまつな にんじん カリフラワー かぶ たまねぎ はくさい ブロッコリー しめじ	酢 しょうゆ 塩 こしょう シチュールー おろしにんにく 白ワイン こしょう
17	火	 ごはん チキンチキンごぼう だいこんのみそしる みかん	牛乳 鶏肉 豆腐 わかめ 麦みそ	ごはん でんぶん 米ぬか油 さとう さつまいも	ごぼう えだめめ だいこん にんじん しめじ ねぎ みかん	しょうゆ 酒 おろししょうが だしりりこ
18	水	 パン レーズンクリーム ラーメン ちゅうかサラダ	牛乳 豚肉 かまぼこ	パン レーズンクリーム ちゃんぽん ごま油 さとう	キャベツ もやし にんじん ねぎ だいこん きゅうり	おろししょうが シャンタン こしょう しょうゆ 酢
19	木	 ごはん のりつくだに やさいとコーンのいためもの しらたまじる	牛乳 のりつくだ煮 ツナフレーク 鶏肉 油あげ	ごはん 白玉 じゃがいも	キャベツ たまねぎ ホールコーン にんじん たいこん はくさい こまつな	コンソメ 塩 こしょう だしかつお だしこんぶ しょうゆ 酒
20	金	 ポークカレー アーモンドサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 アーモンド ヨーグルト	ごはん サラダ油 じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ きゅうり	おろしにんにく おろししょうが カレールー すりおろしりんご ウスターソース 酢 塩 こしょう
23	月	 パン チーズサラダ やさしいスープ クリスマスケーキ	牛乳 チーズ 鶏肉	パン サラダ油 さとう クリスマスケーキ	キャベツ ブロッコリー にんじん ホールコーン はくさい たまねぎ もやし ねぎ	酢 しょうゆ 塩 こしょう コンソメ

※今月より献立名を低学年でも読みやすいように、ひらがな・カタカナ記載にしております。