

# 令和6年12月 学校給食予定こんだてひょう

ひ に ち	よ う び	こんだてめい	含まれるアレルゲン	ざいりょう			エネルギー kcal たんぱく質 g
				血や肉のもとになる	体の調子をととのえる	熱や力のもとになる	
2	月	牛乳	乳	牛乳			588 29.4
		麦ごはん				こめ 麦	
		かぶのすり流し汁	小麦、大豆	ちくわ	かぶ かぶ葉 ほうれん草	でん粉	
		さばのみそゆうあん焼き	小麦、さば、大豆、魚	さば切り身		砂糖	
3	火	野菜のおから煮	小麦、ごま、大豆	ちくわ おから	にんじん こんにやく しいたけ れんこん こねぎ	ごま油 さといも 砂糖	608 21.3
		牛乳	乳	牛乳			
		牛肉ピラフ	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉	牛肉もも	玉ねぎ ごぼう 赤ピーマン グリンピース	こめ バター	
		クリームスープ	小麦、乳、大豆、鶏肉	牛乳	にんじん 玉ねぎ 小松菜	じゃがいも 小麦粉 バター	
4	水	さつまいものじゃこサラダ	小麦、大豆、魚	しらす干し	とうもろこし ブロッコリー キャベツ	さつまいも サラダ油 砂糖	610 24.0
		牛乳	乳	牛乳			
		麦ごはん				こめ 麦	
		さつま汁	大豆	厚揚げ	にんじん だいこん かねぎ	さつまいも	
5	木	ぎせい豆腐	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏ひき肉 ひじき 木綿豆腐 卵	にんじん しいたけ グリンピース	サラダ油 砂糖	634 28.6
		ひよつたるの酢の物	小麦、卵、ごま、大豆	ひよつたる 鶏糸卵	きゅうり	緑豆はるさめ 砂糖 いりごま	
		きのこのクリームスパゲッティ	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚	鶏もも肉 牛乳 粉チーズ 生クリーム	玉ねぎ にんじん しいたけ ふなしめじ えのきたけ グリンピース	スパゲッティ オリーブオイル サラダ油	
		ツナとコーンのサラダ	小麦、大豆、魚	鯖	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし ブロッコリー	サラダ油 砂糖	
6	金	さつまいもの蒸しパン	小麦、乳	スキムミルク		蒸しパンミックス さつまいも	658 32.2
		牛乳	乳	牛乳			
		ごはん				こめ	
		八宝菜	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト	豚もも肉 かまぼこ	にんじん 根深ねぎ 木くらげ たけのこ 白 菜 キヌサヤ	サラダ油 砂糖 でん粉	
9	月	鶏肉のスタミナ揚げ	小麦、大豆、鶏肉	鶏もも肉		でん粉 揚げ油	675 26.1
		三色ナムル	小麦、ごま、大豆		もやし きゅうり にんじん	ごま油 砂糖	
		牛乳	乳	牛乳			
		ごはん				こめ	
10	火	鶏団子スープ	小麦、乳、ごま、大豆、鶏肉	桜島鶏肉団子	ふなしめじ にんじん 小松菜	緑豆はるさめ ごま油	609 26.8
		ポテトグラタン	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉	鶏もも肉 ウィンナー 牛乳 チーズ	玉ねぎ にんじん ふなしめじ グリンピース	じゃがいも サラダ油 バター 小麦粉	
		フレンチサラダ	小麦、大豆、果物		キャベツ バイン きゅうり	サラダ油 砂糖	
		牛乳	乳	牛乳			
11	水	親子丼	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏もも肉 かまぼこ 卵	玉ねぎ しいたけ みつば	こめ 砂糖 でん粉	661 30.8
		みそけんちん汁	ごま、大豆	木綿豆腐	ごぼう にんじん だいこん しいたけ 根深ねぎ	ごま油 さといも	
		白菜とりんごのサラダ	小麦、ごま、大豆、りんご、果物		きゅうり りんご 白菜 おろしりんご	いりごま 砂糖	
		牛乳	乳	牛乳			
12	木	麦ごはん				こめ 麦	650 27.3
		五目煮豆	小麦、大豆、豚肉、魚	豚もも肉 さつまあげ 野菜昆布 厚揚げ 大豆	にんじん こんにやく	サラダ油 じゃがいも 砂糖	
		いわし梅煮	小麦、大豆、魚	いわし梅煮40g いわし梅煮		砂糖 オリーブオイル	
		ほうれん草のサラダ	小麦、大豆、豚肉	ハム 刻みのり	ほうれん草 もやし		
13	金	牛乳	乳	牛乳			667 28.5
		コッペパン	小麦、乳、大豆			コッペパン	
		ポトフ	小麦、大豆、豚肉	ウィンナー	にんじん 玉ねぎ キャベツ	じゃがいも 砂糖	
		タラのケチャップがらめ	大豆、魚、トマト	タラ角切		揚げ油 砂糖	
16	月	ブロッコリーのマリネ	小麦、大豆、りんご、果物		ブロッコリー カリフラワー 赤ピーマン	砂糖 オリーブオイル	586 27.9
		バナナ	バナナ、果物				
		牛乳	乳	牛乳			
		ごはん				こめ	
17	火	大豆と青菜のスープ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、魚	ベーコン フローズンピーンズ 大豆	にんじん 小松菜		698 21.9
		ハンバーグきのこソース	小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉、 トマト、ケチャップ	合挽肉 木綿豆腐 卵 スキムミルク	玉ねぎ ふなしめじ	パン粉 砂糖	
		粉ふきいも		あおのり		じゃがいも	
		牛乳	乳	牛乳			
18	水	菜飯	魚	しらす干し	かぶ葉	こめ	594 26.0
		つみれ汁	大豆	お野菜つみれ	ふなしめじ にんじん もやし んんにやく かねぎ		
		凍り豆腐とさけの揚げ煮	小麦、さけ、大豆、魚	凍り豆腐 鮭魚切 あおのり		でん粉 揚げ油 砂糖	
		かぶの甘酢漬	小麦	くきわかめ	かぶ	砂糖	
19	木	牛乳	乳	牛乳			605 22.6
		麦ごはん				こめ 麦	
		冬野菜カレー	小麦、大豆、豚肉、りんご、果物、 トマト	豚ひき肉	玉ねぎ にんじん かぶ りんご カリフラワー ブロッコリー レーズン	こめ サラダ油 じゃがいも カレーフレーク	
		マカロニサラダ	小麦、卵、大豆、豚肉、りんご、果物	ハム	玉ねぎ きゅうり ポッカレモン	マカロニ マヨネーズ	
20	金	みかんゼリー	豚肉、ゼラチン、果物	ゼラチン	みかんジュース みかん	砂糖	603 27.0
		牛乳	乳	牛乳			
		ごはん				こめ	
		豚肉と野菜のキムチスープ	小麦、いか、ごま、大豆、豚肉、 りんご	豚もも肉 油揚げ	にんじん 突きこんにやく キャベツ にら	ごま油	
23	月	えび団子の香味ソース	えび、小麦、大豆、ケチャップ	すりみ むきエビ	玉ねぎ ごぼう	でん粉 揚げ油 砂糖	743 36.2
		ゆで干し大根のナムル	小麦、ごま、大豆		ゆで干し大根 小松菜 にんじん	ごま油 砂糖 いりごま	
		牛乳	乳	牛乳			
		平戸あごだしちゃんこ鍋	小麦、卵、牛肉、大豆、豚肉	いわしあらびき 油揚げ	にんじん だいこん しいたけ キャベツ	こめ 麦	
20	金	揚げ豆腐の鶏みそかけ	ごま、大豆、鶏肉	絹厚揚げ 鶏ひき肉	玉ねぎ にんじん ピーマン	でん粉 揚げ油 ごま油 砂糖	603 27.0
		たくあん和え	小麦、大豆		干切たくあん 白菜 かぶ		
		牛乳	乳	牛乳			
		みそ煮込みうどん	小麦、大豆、豚肉	豚バラ肉 油揚げ かまぼこ	だいこん にんじん かぼちゃ かねぎ	うどん サラダ油 さといも	
23	月	きびなごごまフライ	小麦、ごま、大豆、魚	きびなごフライ		揚げ油	743 36.2
		じゃこと野菜のごま酢あえ	小麦、ごま、大豆、魚	しらす干し	キャベツ 小松菜 にんじん	砂糖 いりごま	
		みかん	果物		みかん		
		牛乳	乳	牛乳			
23	月	ハムライス	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉	ハム	玉ねぎ ミックスベジタブル	こめ マーガリン	743 36.2
		米でとろみポタージュ	小麦、乳、大豆、鶏肉	生クリーム	とうもろこし 玉ねぎ にんじん	サラダ油 こめ	
		チキンカツ	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏むね肉 卵		小麦粉 パン粉 揚げ油	
		ツリーサラダ	小麦、ごま、大豆、果物		ブロッコリー ミントトマト 黄ピーマン	サラダ油 砂糖 いりごま	
クリスマスケーキ	小麦、卵、乳、大豆、ゼラチン				クーキチョコ ケーキストロベリー		

献立を確認される場合はこちら

