

# 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			
		麦ごはん				こめ 麦	588
		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	29.4
		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 こんねぎ	ごま油 さといも 砂糖	
		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	608
		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	21.3
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	
		牛乳	乳	牛乳			
		麦ごはん				こめ 麦	610
		さつまいも	大豆	厚揚げ	にんじん だいこん こんねぎ	さつまいも	24.0
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	
		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	634
		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	28.6
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	
		牛乳	乳	牛乳			
		ごはん				こめ	658
		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	32.2
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	
		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	675
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	26.1
		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	609
		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	26.8
		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	661
		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	30.8
		いわし梅煮	小麦、大豆、魚	いわし梅煮40g いわし梅煮			
		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	砂糖 オリーブオイル	
13	金	牛乳	乳	牛乳			
		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	650
		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	27.3
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	
		バナナ	バナナ、果物		バナナ		
		牛乳	乳	牛乳			
		ごはん				こめ	667
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		28.5
		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	586
		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 こんねぎ		27.9
		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			
		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	698
		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	21.9
		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	
20	金	牛乳	乳	牛乳			
		ごはん				こめ	594
		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	26.0
		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	
21	土	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			
		麦ごはん				こめ 麦	605
		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		22.6
22	土	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	
		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 こんねぎ	うどん サラダ油 さといも	603
23	日	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	27.0
		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			
24	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
		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	36.2
		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

