


令和5年12月		学校給食予定献立表(小学校)			牛乳は、毎日つきます	
月	火	水	木	金		
<p>こんげつ とうべつさん しょくざい</p> <p>今月の当別産食材</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>ごはん (ななつぼし)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>もやし</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>大豆 (つじの蔵)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>かぼちゃ (JA北いしかり)</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p>ぶたにく (浅野農場さん)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>じゃがいも (大塚農場さん)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>しか肉 (ジビエ工房)</p> </div> </div>				<p>朝ごはんをしっかりと 食べましょう!</p> <p>朝ごはんを食べると こんないいことがあります。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. からだの体温が上がる 2. おなかのスイッチがオン! 3. あたまのスイッチがオン! <p>主食・汁物・主菜・副菜が そろっているのが理想です!</p>		<p>1</p> <p>ご 飯</p> <p>だいこん みそしる</p> <p>大根の味噌汁</p> <p>大根・玉葱・長葱</p> <p>あつあ いた</p> <p>厚揚げのカレー炒め</p> <p>生揚げ・豚肉・玉葱 もやし・ピーマン</p> <p>ひじきのピリッとサラダ</p> <p>ひじき・きゃべつ・胡瓜 人参・ツナ・ラー油</p> <p>574/21.4/14.6/2.9</p>
<p>4</p> <p>豚丼(ご飯)</p> <p>豚肉・玉葱 干椎茸・しらたき</p> <p>じゃが芋の味噌汁</p> <p>じゃが芋・玉葱 小松菜・長葱</p> <p>胡瓜とくらげの和え物</p> <p>もやし・胡瓜・人参・中華くらげ ごま油・ごま</p> <p>601/24/12.6/2.8</p>	<p>5</p> <p>コッペパン</p> <p>ポトフ</p> <p>豚肉・じゃが芋・白菜 玉葱・人参・いんげん</p> <p>ほきのハーブ焼き</p> <p>ほき・ジェハバースト(バジル・チーズ・にんにく)</p> <p>きゃべつとツナのサラダ</p> <p>きゃべつ・玉葱・コーン・ツナ 焙煎胡麻ドレッシング(卵黄入り)</p> <p>542/26.8/18.5/3.5</p>	<p>6</p> <p>ダイスカレー(ご飯)</p> <p>豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・大豆 バター・牛乳・にんにく トマト缶・カールウ(りんご) フルーツチャツネ(メロン・りんご・レズン)</p> <p>白菜サラダ</p> <p>白菜・大根・コーン・マヨネーズ・すりごま</p> <p>カクテルセーリー</p> <p>りんご果汁・ぶどう果汁・もも果汁 豆乳・寒天</p> <p>774/20.8/24.8/3</p>	<p>7</p> <p>野菜ラーメン(味噌)</p> <p>ラーメン・豚肉・もやし・玉葱・にら・人参 生姜・わかめ・にんにく・味噌ラーメンスープ(卵)</p> <p>野菜のバター炒め</p> <p>豚挽肉・きゃべつ・玉葱・しめじ コーン・にんにく・バター</p> <p>マーラーカオ</p> <p>ホットケーキミックス・牛乳 卵・はちみつ</p> <p>701/26.5/24.8/3.7</p>	<p>8</p> <p>ご 飯</p> <p>チンゲン菜のスープ</p> <p>豚肉・チンゲン菜・玉葱・人参・干椎茸</p> <p>マグロカツ</p> <p>まぐろ・玉葱・生姜 パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>和風サラダ</p> <p>きゃべつ・えだまめ 人参・和風ドレッシング</p> <p>629/21.3/18.7/2.7</p>		
<p>11</p> <p>ご 飯</p> <p>こんさい みそしる</p> <p>根菜の味噌汁</p> <p>大根・わかめ・人参 長葱・ごぼう・ごま油</p> <p>鶏肉のオニオンソース</p> <p>鶏肉・でん粉・菜種油・玉葱・ソテーオニオン にんにく・バター</p> <p>ひじきとチーズのサラダ</p> <p>ひじき・チーズ・きゃべつ 人参・コーン</p> <p>668/24.9/19.8/3.1</p>	<p>12</p> <p>バターパン</p> <p>トマトと卵のスープ</p> <p>鶏肉・卵・白菜・玉葱 長葱・トマト缶・でん粉</p> <p>たれ付きミートボール</p> <p>鶏肉・豚肉・玉葱 パン粉(卵なし)・生姜</p> <p>じゃが芋のバター煮</p> <p>じゃが芋・バター</p> <p>618/28/24.4/2.7</p>	<p>13</p> <p>ご 飯</p> <p>かんこくふう</p> <p>韓国風スープ</p> <p>鶏肉・春雨・白菜・長葱 干椎茸・ごま油</p> <p>プルコギ</p> <p>豚肉・玉葱・にら・人参 しめじ・にんにく・ごま油</p> <p>りんご(代替せーリー)</p> <p>561/20.5/11.9/2.6</p>	<p>14</p> <p>クリスマスメニュー</p> <p>ジビエカレーうどん</p> <p>うどん・鹿挽肉・大豆ミート・玉葱・にんにく・生姜 ほうれん草・人参・干椎茸・でん粉</p> <p>フライドチキン</p> <p>鶏肉・にんにく・牛乳 小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p>かぼちゃポテトサラダ</p> <p>じゃが芋・人参・南瓜 ハム・マヨネーズ</p> <p>ブルーベリーシフォンケーキ</p> <p>米粉・卵・豆乳・ブルーベリー</p> <p>726/31.2/26.5/4</p>	<p>15</p> <p>ご 飯</p> <p>どさんこ汁</p> <p>じゃが芋・玉葱・もやし・人参・コーン・生姜 にんにく・バター・ごま油・とうがらし</p> <p>春巻</p> <p>きゃべつ・筍・鶏肉・春雨・生姜 にんにく・脱脂粉乳・菜種油</p> <p>ピーマン炒め</p> <p>ピーマン・豚肉・きゃべつ・人参・干椎茸</p> <p>680/20.4/20.5/2.4</p>		
<p>18</p> <p>スタミナピリ辛肉味噌汁(ご飯)</p> <p>豚挽肉・玉葱・えだまめ・コーン 生姜・にんにく・ごま油</p> <p>さつまい</p> <p>鶏肉・豆腐・さつまい芋・大根・人参 長葱・こんにやく</p> <p>小松菜の南蛮漬け</p> <p>小松菜・もやし・人参・ごま ごま油・とうがらし</p> <p>679/26.8/17.7/2.9</p>	<p>19</p> <p>コッペパン</p> <p>野菜スープ</p> <p>豚肉・大根・きゃべつ 人参・長葱</p> <p>チリコンカン</p> <p>大豆・豚挽肉・マカロニ・玉葱 人参・バター・にんにく</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>ごぼう・人参・コーン マヨネーズ・ごま</p> <p>587/21.9/23.7/3.3</p>	<p>20</p> <p>ご 飯</p> <p>わふう</p> <p>和風コンソメスープ</p> <p>鶏肉・白菜 大根・人参</p> <p>白身魚フライ</p> <p>ほき・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>じゃがいもキムチ</p> <p>豚挽肉・じゃがいも・白菜キムチ(白菜・玉葱 ごま・大根・人参・昆布・にら・りんご・にんにく) 人参・にら・生姜・にんにく・ごま油</p> <p>641/24.1/16.9/2.7</p>	<p>21</p> <p>わかどり 若鶏のクリームスパゲティ</p> <p>スパゲティ・鶏肉・小松菜・玉葱 えのき茸・しめじ・コーン 人参・バター・牛乳</p> <p>揚げいももち</p> <p>いももち・菜種油</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>きゃべつ・胡瓜・人参・チーズ イタリアンドレッシング(りんご)</p> <p>718/25.6/23/5</p>	<p>22</p> <p>ご 飯</p> <p>わかめスープ</p> <p>わかめ・卵・もやし 玉葱・人参・ごま</p> <p>ショーンポー</p> <p>豚肉・玉葱・きゃべつ・筍 春雨・椎茸・生姜</p> <p>マーボーナス</p> <p>豚挽肉・茄子・玉葱・人参・長葱 生姜・にんにく・ごま油・でん粉</p> <p>627/19.9/20.2/2.6</p>		

☆献立の下の数字は小学中学年のエネルギー/たんぱく質/脂質/塩分の量です
 ☆都合により献立の一部が変更する場合があります
 ☆今月の給食費口座振替日は、**12月25日(月)**です!

◆お知らせ◆
 ○卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、材料の欄に記載しています
 ○この献立表には、加工品と調味料の一部に含まれるアレルギー物質について表示されていません。詳しくは給食センターまでお問合わせください



皆さんからの給食費でお子さんが食べている給食を作っています。
 未納があると献立に影響が出てしまいます。忘れず給食費の納入をお願いします。
 今年最後の引落日です! 残高確認をお願いします。引落口座については給食センターまでお問い合わせください。

