

2021年(令和3年)12月分 学校給食献立表(中学校)第2地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。

※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食用物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校まで申し出ください。

日・曜	1日・水	2日・木	3日・金	6日・月	7日・火	8日・水	9日・木	10日・金	13日・月
献立名	小型パン 牛乳 スパゲティミートソース 湯菜サラダ	米飯 牛乳 せんべい汁 鰯の味噌煮 ゆず白菜	コッペパン 牛乳 ◇かきのシチュー ◇小松菜のガーリックソテー みかん	米飯 牛乳 ヒカド ひじきの五目煮 切り干し大根の しそドレッシング和え	米飯 牛乳 すやき 大根とわかめのサラダ	コッペパン 牛乳 冬野菜スープ ◇えびとカラフラワーのチリソース煮 ゆずかん	米飯 牛乳 大豆カレー さばと大根のサラダ 白あんクリーム	コッペパン 牛乳 ◇卵スープ さばと大根のサラダ 白あんクリーム	米飯 牛乳 筑前煮 さわかめとしらすの和え物
材料名	スパゲティ 豚肉ミンチ 調理ワイン オリーブオイル にんじん たまねぎ しょうが みょうろ 粉チーズ ケチャップ ウスターソース デミグラスソース 塩 こしょう	鶏肉 酒 鶏油 にんじん だいこん ごぼう またいたけ しらねぎ 汁用せんべい うすくちしょうゆ 本みりん 塩 けずり節 水	かき(具)◇ 調理ワイン じゃがいも たまねぎ にんじん 干しいたけ たまねぎ 粉チーズ 生クリーム 米粉 牛乳 バター こしょう	まぐろ 酒 だいこん さつまいも にんじん 干しいたけ ねぎ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 塩 水	牛肉 焼き豆腐 しょうが つきこんにゃく はくさい たまねぎ にんじん しらねぎ えのきたけ かまぼこ 細実油 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ	豚肉 酒 はくさい だいこん にんじん えのきたけ みずな しょうが うすくちしょうゆ 小麥粉 細実油 小麥粉 細実油 けずり節 水	鶏肉ミンチ 調理ワイン 大豆(乾燥) たまねぎ にんじん にんじん しょうが チンゲンサイ うすくちしょうゆ 塩 こしょう でんぶん けずり節 水	鶏肉 酒 はるさめ 卵◇ たまねぎ にんじん チンゲンサイ うすくちしょうゆ 塩 こしょう でんぶん けずり節 水	鶏肉 酒 厚揚げ 竹輪(煮込み用) じゃがいも にんじん ごぼう しょうが 細実油 砂糖 こいくちしょうゆ けずり節 水
エネルギー 蛋白質	790kcal / 28.2g	760kcal / 29.5g	706kcal / 25.0g	696kcal / 27.2g	758kcal / 28.6g	641kcal / 27.1g	792kcal / 29.0g	714kcal / 26.7g	751kcal / 28.0g

日・曜	14日・火	15日・水	16日・木	17日・金	20日・月	21日・火	22日・水	23日・木
献立名	米飯 牛乳 さつまいもの味噌汁 宝塚ねぎの塩炒め 野菜菜白菜	コッペパン 牛乳 ◇コーン卵スープ チリビーンズ りんご	米飯 牛乳 はち汁 鰯のみぞれ煮	コッペパン 牛乳 豆腐のクリーム煮 ひじきとれんこんのごまサラダ	米飯 牛乳 石狩汁 ◇あぶらふとじ ちりめん高菜	米飯(小盛) 牛乳 おつきりこみ ◇いかと茗わかめの ゆずドレッシング和え 炒め納豆	小型パン 牛乳 もずくと春雨のスープ フライドチキン コールスロー	米飯 牛乳 じゃがいもの味噌汁 高野豆腐のそぼろ煮
材料名	さつまいも(西谷産) うす揚げ にんじん もやし だいこん(西谷産) ねぎ みそ いりこ 酒 水	卵◇ にんじん たまねぎ 干しいたけ ホールコーン(水煮) ほうれんそう うすくちしょうゆ 塩 こしょう でんぶん スープベース(丸鶏) 水	そうめんばち うす揚げ じゃがいも にんじん たまねぎ ホールコーン 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ 塩 こしょう だし昆布 スープベース 水	ベーコン 調理ワイン 豆腐 たまねぎ マカロニ プロッコロー 小麦粉 みそ しょうが けずり節 水	さけ 酒 だいこん ごぼう うす揚げ ねぎ つきこんにゃく 酒かす みそ しょうが けずり節 水	ほうとう(冷凍) うす揚げ はくさい にんじん たまねぎ ごぼう さといも またいたけ しょうが こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ いりこ 酒 水	はるさめ しょうが にんじん たまねぎ ごぼう 干しいたけ もやし しょうが うすくちしょうゆ 塩 こしょう けずり節 だし昆布 水	じゃがいも にんじん もやし たまねぎ ねぎ みそ いりこ 酒 水
エネルギー 蛋白質	724kcal / 26.8g	706kcal / 26.3g	761kcal / 27.4g	785kcal / 28.6g	722kcal / 29.0g	700kcal / 27.2g	777kcal / 26.2g	675kcal / 24.6g

食育ポイントマーク

学校給食の献立にはそれぞれ「学校給食法」に基づいた「ねらい」があります。毎月の献立の中でポイントをしぼり、マークによって「献立のねらい」をお知らせすることになっています。参考にしていただきますようお願いいたします。

カミカミ献立

郷土料理

日本各地の伝統的な料理を紹介。
兵庫県とその他の県は県名が入ります。

地産地消給食

兵庫県産の食材を特に多く使用する場を紹介。