

2023年(令和5年)12月分 学校給食献立表(小学校)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「学校給食食物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

日・曜	1日・金	4日・月	5日・火	6日・水	7日・木	8日・金	11日・月	12日・火	
献立名	コッペパン ぎゅうにゅう ミネストローネ ブロッコリーとカリフラワーのいためもの	ごはん(こもり) ぎゅうにゅう あじけのり ほうとう ◇さといもといかののもの	ごはん ぎゅうにゅう ◇かんとうに はくさいとこまつなごまあえ	コッペパン ぎゅうにゅう ワンタンスープ きびなごのからあげ りんごジャム	ごはん ぎゅうにゅう すきやき だいこんサラダ	コッペパン ぎゅうにゅう きびなごのからあげ ゆずかん	ごはん ぎゅうにゅう えびはるさめ じゃがいもちゅうかいため ゆずかん	ごはん ぎゅうにゅう 根菜カレー ひじきサラダ	ごはん ぎゅうにゅう さつまいものみそしる ごもくめ しらすふりかけ
材料名	ベーコン 調理ワイン にんじん たまねぎ トマト(水煮) いんげんまめ(乾燥) パセリ 綿実油 ケチャップ 砂糖 ウスターソース 塩 こしょう チキンブイオン 水	味付けのり ほうとう(冷凍) 鶏肉 酒 うす揚げ にんじん だし はくさい しめじ ねぎ みそ けずり節 水	鶏肉 酒 じゃがいも だいこん こんにやく 厚揚げ うずら卵 本みりん 竹輪(煮込み用) こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ ごま油	ワンタンの皮 豚肉 酒 豆腐 にんじん たまねぎ 干しいたけ もやし ねぎ うすくちしょうゆ ごま油 塩 こしょう けずり節 水	牛肉 酒 豆腐 はくさい【西谷産】 にんじん たまねぎ しねなぎ【西谷産】 えのきたけ 糸こんにやく 綿実油 ごいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 水	26: はるさめ えび◇ 酒 45: 豆腐 60: はくさい 10: にんじん 25: たまねぎ 6: たまねぎ 10: うすくちしょうゆ 3: こいくちしょうゆ 0.5: 塩 6: こしょう 3: けずり節 0.5: 水	7: はるさめ 15: えび◇ 0.5: 酒 0.5: にんじん 25: たまねぎ 2: たまねぎ 2: だいこん 0.2: にんにく 0.2: こしょう 0.5: 綿実油 0.8: カレー粉 7: 小麦粉 4: パター 110: 綿実油 20: スープベース 0.5: ケチャップ 4.5: ウスターソース 10: 砂糖 4: 塩 1: しょうが 0.5: 水	20: さつまいも 0.5: にんじん 10: だいこん 10: うす揚げ 30: たまねぎ 2: さつまいも 15: ねぎ 15: みそ 11: いりこ 3: 水 120: 鶏肉 10: カレー粉 0.5: 大豆(乾燥) 10: にんじん 10: しょうが 3: 生芋こんにやく 10: ぎょうち 10: 竹輪(煮込み用) 5: 角切り昆布 0.7: 綿実油 1: 砂糖 3: こいくちしょうゆ 0.5: 本みりん 10: 水	40: さつまいも 10: にんじん 20: だいこん 20: うす揚げ 2: たまねぎ 11: ねぎ 3: みそ 1: いりこ 3: 水 10: 鶏肉 0.5: カレー粉 0.5: 大豆(乾燥) 10: にんじん 10: しょうが 3: 生芋こんにやく 10: ぎょうち 10: 竹輪(煮込み用) 5: 角切り昆布 0.7: 綿実油 1: 砂糖 3: こいくちしょうゆ 0.5: 本みりん 10: 水
エネルギー/蛋白質	512kcal/20.1g	505kcal/21.4g	553kcal/22.2g	527kcal/20.3g	538kcal/21.0g	522kcal/20.3g	614kcal/20.0g	563kcal/22.4g	

日・曜	13日・水	14日・木	15日・金	18日・月	19日・火	20日・水	21日・木	22日・金	
献立名	こがたパン ぎゅうにゅう ◇トック やきぎみのり チャプチェ	いりだいごごはん ぎゅうにゅう ばちじる きりぼしだいこんのもの	コッペパン ぎゅうにゅう わかめスープ わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ さわらのチョリム こまつなふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう すましじる キムチいりやさいいため	こがたこくとうパン ぎゅうにゅう ふゆやさいのスープ フライドチキン みかん	ごはん ぎゅうにゅう かぶのみそしる こうやどうふのそぼろに こんぶとけずりふしのふりかけ	コッペパン ぎゅうにゅう うずらたまごのスープ ポークビーンズ	コッペパン ぎゅうにゅう うずらたまごのスープ ポークビーンズ
材料名	トック 鶏肉 酒 卵 にんじん たまねぎ 干しいたけ みしば うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ 塩 こしょう でんぶ けずり節 水	精白米 水 いり大豆 しらすぼし 酒 たまねぎ じゃがいも しめじ 干しいたけ 角切り昆布 うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ 塩 こしょう でんぶ けずり節 水	鶏肉 調理ワイン にんじん たまねぎ じゃがいも ねぎ しめじ 干しいたけ マッシュルーム パセリ 綿実油 小麦粉 バター 綿実油 水	わかめ(塩蔵) にんじん だいこん えのきたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ 塩 こしょう けずり節 水	豆腐 わかめ(塩蔵) かまぼこ にんじん たまねぎ みつば うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ 本みりん 塩 だし昆布 水	30: 小型パン 2: 黒砂糖 6.08: しょうが 7: だいこん 10: にんじん 16: はくさい 3: えのきたけ 4: しゅんぎく 0.2: うすくちしょうゆ 0.5: 本みりん 塩 2: だし昆布 0.5: 水 120: しょうが 0.5: みつば 0.5: でんぶ 2: けずり節 水	かぶ にんじん たまねぎ うす揚げ みそ だし昆布 けずり節 水 8: 高野豆腐 0.2: 鶏肉ミンチ 10: しょうが 0.1: 酒 0.01: こしょう 0.5: でんぶ 2: みつば けずり節 水 110: 綿実油 2: 砂糖 1: うすくちしょうゆ 0.1: 本みりん 0.01: しょうが 0.8: だし汁 30: トマトピューレ 0.3: ウスターソース 1: 砂糖 1: 塩 0.5: こいくちしょうゆ 1: けずり節 1: 酒 12: 砂糖 6: 本みりん 6: コーン油 みかん	35: うずら卵 10: にんじん 10: たまねぎ 4: うす揚げ 11: みそ 4: だし昆布 2.5: けずり節 120: 水 8: こしょう 10: 鶏肉ミンチ 10: しょうが 0.5: 酒 0.5: こしょう 2: でんぶ 2: みつば けずり節 水 110: 綿実油 2: 砂糖 1: うすくちしょうゆ 0.1: 本みりん 0.01: しょうが 0.8: だし汁 30: トマトピューレ 0.3: ウスターソース 1: 砂糖 1: 塩 0.5: こいくちしょうゆ 1: けずり節 1: 酒 12: 砂糖 6: 本みりん 6: コーン油 みかん	20: うずら卵 10: にんじん 20: たまねぎ 0.3: 干しいたけ 10: みそ 2: ねぎ 4: うすくちしょうゆ 0.2: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: こしょう 0.5: けずり節 2: 水 15: 豚肉 10: 調理ワイン 0.5: 大豆(乾燥) 15: にんじん 10: たまねぎ 1: 綿実油 4: ケチャップ 4: トマトピューレ 1: ウスターソース 1: 砂糖 1: 塩 0.1: こいくちしょうゆ 0.1: 水 5: だし汁 1.5: 本みりん 5: 水
エネルギー/蛋白質	532kcal/19.9g	516kcal/21.7g	563kcal/20.1g	503kcal/22.1g	492kcal/20.4g	602kcal/22.9g	525kcal/22.1g	501kcal/21.1g	

○…あかいろのしよひん(おもにからだをつくるものとなるしよひん) □…さいろのしよひん(おもにエネルギーのもととなるしよひん) △…みどりいろのしよひん(おもにからだのちようしをとのえるものとなるしよひん) ※上記材料は、天候等により急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 536kcal たんぱく しつ 21.1g