

令和5年

# 12月学校給食予定献立表

井原市学校給食センター

日 曜	献 立 名	主 な 材 料						中 止 校	
		体をつくるもとになる食品		体の調子をととのえるもとになる食品		体のエネルギーのもとになる食品			
1(金)	韓国料理 ビビンバ 白菜スープ	牛乳	★牛乳 錦糸卵 ベーコン	牛肉 みそ	にんにく ほうれん草 ★はくさい しめじ	★にんじん もやし ★たまねぎ 干しいたけ	★米 三温糖 ごま油	★麦 ごま	出幼
4(月)	ごはん 寄せ鍋	牛乳 ゆず香あえ	★牛乳 えび 焼き豆腐	豚肉 さつまあげ ちりめん	はくさい 大根 ゆず果汁	ねぎ にんじん	★米 三温糖	こんにやく	西幼 県幼 井幼
5(火)	スラッピージョー わかめスープ	牛乳	★牛乳 大豆 わかめ	豚肉 ウインナー	にんにく にんじん とうもろこし	たまねぎ えのきたけ	スライスパン 三温糖	パン粉 じゃがいも	
6(水)	ごはん まぐろのみそがらめ	牛乳 けんちん汁	★牛乳 みそ 豆腐	まぐろ 鶏肉 油揚げ	たまねぎ ごぼう	にんじん ねぎ	★米 カシューナッツ こんにやく	揚げ油 三温糖	芳幼 高幼 大幼 木幼
7(木)	長崎県の郷土料理 ちゃんぽん	牛乳 もち米蒸し	★牛乳 豚肉 いか	もち米蒸し えび なると巻き	しょうが たまねぎ しめじ	★はくさい もやし ねぎ	中華めん		西幼
8(金)	かみかみ献立 親子丼 れんこんの梅肉あえ *さつまいもスティック	牛乳	★牛乳 卵	鶏肉 かつおぶし	★にんじん 干しいたけ れんこん 練り梅	たまねぎ グリーンピース ★大根	★米 三温糖 片栗粉 さつまいもスティック		井幼
11(月)	ごはん 鰯のおかか煮 豆腐のみそ汁	牛乳 たくあんあえ	★牛乳 豆腐	鰯のおかか煮 みそ	キャベツ たまねぎ にんじん	たくあん しめじ ねぎ	★米 ごま		
12(火)	パン ベーコン煮	牛乳 れんこんサラダ	★牛乳	ベーコン	たまねぎ しめじ れんこん ★にんじん	★大根 ほうれん草 ブロッコリー	パン マヨネーズ ドレッシング	じゃがいも 三温糖	
13(水)	ごはん 厚焼き卵 白菜のすまし汁	牛乳 五目きんぴら	★牛乳 鶏肉 茎わかめ	厚焼き卵 さつまあげ 油揚げ	★ごぼう ★はくさい たまねぎ	★にんじん 大根	★米 三温糖	こんにやく ごま	出幼
14(木)	冬野菜カレー ブロッコリーのごまマヨネーズあえ	牛乳	★牛乳 豚肉		にんにく ★にんじん れんこん ★キャベツ	たまねぎ ほうれん草 すりおろしりんご ブロッコリー	★米 じゃがいも マヨネーズ	★麦 ごま	
15(金)	ごはん 肉みそおでん ほうれん草のおかかあえ	牛乳	★牛乳 みそ さつまあげ かつおぶし	豚肉 厚揚げ 昆布	★大根 ★キャベツ	ほうれん草	★米 こんにやく 三温糖 里芋		芳幼
18(月)	クリスマス献立 コーンピラフ 野菜スープ ☆ケーキ	牛乳 鶏肉のから揚げ ☆ケーキ	★牛乳 ウインナー	鶏肉	にんにく にんじん しめじ とうもろこし	キャベツ たまねぎ パセリ 赤ピーマン グリーンピース	★米(コーンピラフ) 片栗粉 じゃがいも	揚げ油 ケーキ	木中
19(火)	ごはん 筑前煮	牛乳 かきたま汁	★牛乳 ちくわ 卵	鶏肉 豆腐	★ごぼう 干しいたけ えのきたけ	れんこん たまねぎ ねぎ	★米 里芋 片栗粉	こんにやく 三温糖	木中 井中 芳中
20(水)	ごはん 鯖のカレー醤油かけ 紅白なます 豆腐のうすくずあん	牛乳	★牛乳 えび	鯖 豆腐	★にんじん ★はくさい 干しいたけ しょうが	大根 ねぎ ほうれん草	★米 ごま 片栗粉	三温糖	木中 井中 芳中
21(木)	シーフードスパゲティー ささみとブロッコリーのサラダ	牛乳	★牛乳 いか 生クリーム	ベーコン えび ささみ	たまねぎ しめじ グリーンピース ★キャベツ	★にんじん えのきたけ ブロッコリー	ソフトめん ドレッシング		井中 芳中
22(金)	冬至献立 ごぼうごはん 辛子あえ	牛乳 かぼちゃのそぼろ煮	★牛乳 厚揚げ ちくわ	鶏肉 大豆	しょうが たまねぎ ★にんじん 小松菜	かぼちゃ 大根 ★キャベツ ごぼう	★米(モグ丸くんごはん) じゃがいも ごま こんにやく	三温糖	井小 出小 出幼

※給食食材の仕入れ状況により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★は地場産物(県内産含む)