令和6年度

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 主に体をつくるもとになる食品	主に体の調子をととのえるもとになる食品	主に体のエネルギーのもとになる食品	中 止 校
2（月）	冬野菜カレー 牛乳 ツナサラダ	★牛乳 豚肉 ツナ	にんにく たまねぎ にんじん ほうれんそう れんこん キャベツ とうもろこし チャツネ	★米 ★麦 じゃがいも サラダ油 三温糖	高小5･6年 大小 高中 大幼
3（火）	**かみかみ献立** ごはん 牛乳 五目きんぴら ＊小魚佃煮 きのこのみそ汁	★牛乳 鶏肉 さつまあげ 茎わかめ 豆腐 みそ 油揚げ わかめ 小魚佃煮	ごぼう にんじん いんげん だいこん ★たまねぎ えのきたけ しめじ ねぎ	★米 こんにゃく 三温糖 ごま油 ごま	高中 西幼 出幼
4（水）	ごはん 牛乳 揚げぎょうざ 中華炒め煮	★牛乳 ぎょうざ 豚肉	にんにく たまねぎ にんじん はくさい いんげん もやし ほししいたけ	★米 三温糖 ごま油 片栗粉	井中3年 芳幼 高幼 県幼 木幼
5（木）	シーフードスパゲティー 牛乳 ブロッコリーサラダ	★牛乳 ベーコン ほたて えび 生クリーム ハム	たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ グリンピース ブロッコリー ★キャベツ	ソフトめん サラダ油 三温糖	井中3年
6（金）	ごはん 牛乳 鶏肉のチャツネ照り焼き 炒めなます かぼちゃのみそ汁	★牛乳 鶏肉 油揚げ みそ	チャツネ だいこん にんじん ゆず果汁 かぼちゃ たまねぎ ねぎ しめじ	★米 三温糖	井中3年 大幼
9（月）	親子丼 牛乳 ほうれん草のおかかあえ	★牛乳 鶏肉 卵 かつおぶし	にんじん たまねぎ ほししいたけ グリンピース ほうれんそう キャベツ	★米 ★麦 三温糖 片栗粉	西幼 井幼
10（火）	パン 牛乳 えびカツ 添え野菜 野菜スープ ＊タルタルソース	★牛乳 えびカツ 鶏肉	★キャベツ にんじん たまねぎ しめじ	パン 揚げ油 タルタルソース じゃがいも	
11（水）	ごはん 牛乳 肉みそおでん れんこんの梅肉あえ	★牛乳 豚肉 みそ 厚揚げ さつまあげ 昆布 かつおぶし	だいこん れんこん にんじん 梅	★米 三温糖 こんにゃく さといも	芳幼 出幼 西幼ちゅうりっぷ
12（木）	コーンピラフ 牛乳 ミートボール かぼちゃポタージュ	★牛乳 ミートボール 鶏肉 生クリーム	とうもろこし グリンピース たまねぎ 赤ピーマン にんにく にんじん かぼちゃ	★米（コーンピラフ） じゃがいも	
13（金）	ごはん 牛乳 鯖の照り焼き 寄せ鍋	★牛乳 鯖 豚肉 えび さつまあげ 焼き豆腐	しょうが はくさい ★だいこん ねぎ	★米 三温糖 こんにゃく	
16（月）	**世界の料理（インド）** キーマカレー 牛乳 にんじんのサブジ	★牛乳 豚肉 大豆	にんにく しょうが たまねぎ グリンピース トマト水煮 チャツネ パセリ にんじん とうもろこし	★米 三温糖 オリーブオイル	
17（火）	ごはん 牛乳 鰯のしょうが煮 たくあんあえ 豆腐のうすくずあん	★牛乳 鰯 えび 豆腐	★キャベツ たくあん はくさい ねぎ ほししいたけ ほうれんそう しょうが	★米 ごま 片栗粉	井幼
18（水）	キムたくごはん 牛乳 具だくさんみそ汁	★牛乳 豚肉 油揚げ わかめ みそ	にんじん チンゲンサイ キムチ たくあん ★だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ たまねぎ	★米 ごま油 こんにゃく	木中
19（木）	五目うどん 牛乳 大学芋	★牛乳 かまぼこ 鶏肉 油揚げ	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ しめじ	うどん 揚げ油 三温糖 ごま さつまいも	木中 井中
20（金）	**冬至献立** ごぼうごはん 牛乳 かぼちゃのそぼろ煮 辛子あえ	★牛乳 鶏肉 厚揚げ 大豆 ちくわ	ごぼう にんじん しょうが かぼちゃ ★たまねぎ ★だいこん ★キャベツ こまつな	★米（ごぼうごはん） こんにゃく じゃがいも 三温糖 ごま	木中 井中
23（月）	ごはん 牛乳 筑前煮 かきたま汁 ＊鮭ふりかけ	★牛乳 鶏肉 ちくわ 豆腐 卵 鮭ふりかけ	ごぼう れんこん だいこん にんじん ほししいたけ たまねぎ えのきたけ ねぎ	★米 こんにゃく 三温糖 片栗粉	井中
24（火）	パン 牛乳 ベーコン煮 ごぼうサラダ ☆みかんゼリー	★牛乳 ベーコン 鶏肉	たまねぎ だいこん しめじ ほうれんそう ごぼう とうもろこし にんじん	パン じゃがいも 三温糖 ごま マヨネーズ みかんゼリー ドレッシング	木小 井小 出小 県幼 井幼 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）