

日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料
2月		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	3火	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	4水	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	5木	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	6金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)				
		じゃがいものみそ汁	じゃがいも、油揚げ、玉ねぎ、長ねぎ、みそ、酒、だし昆布、かつおだし		マーボー豆腐	豆腐、豚ひき肉、しょうが、にんにく、たけのこ、大豆、長ねぎ、ごま油、酒、三温糖、しょうゆ、赤みそ、トウバンジャン、テンメンジャン、でん粉		野菜スープ	キャベツ、玉ねぎ、セロリ、ベーコン、塩、スープストック、こしょう、鶏がらスープ		厚揚げのみそ汁	厚揚げ、玉ねぎ、人参、長ねぎ、みそ、酒、だし昆布、かつおだし		豚肉のみぞれあん	豚肩ロース肉、みりん、塩、三温糖、しょうゆ、みりん、酒、大根おろし、でん粉	スープカレー	鶏もも肉、玉ねぎ、人参、たまごだけにんにく、しょうが、スープカレーの素、塩、野菜ブイヨン、米油、鶏がらスープ		
		ほっけの塩焼き	ほっけ切り身、塩こうじ、みりん		いかメンチカツ	いかメンチカツ、キャノーラ油		鶏ささみのハーブ焼き	鶏ささみ肉、塩、こしょう、ハーブシーズニング、オリーブ油		白菜と糸かまのサラダ	白菜、糸かまぼこ、枝豆、ヤーコン、香味和風ドレッシング		ポテトコロッケ	ポテトコロッケ、キャノーラ油				
エネルギー		筑前煮	鶏もも肉、ねじりこんにやく、ごぼう、人参、れんこん、みりん、三温糖、米油、酒、しょうゆ、かつおだし	エネルギー		ナムル	もやし、人参、きゅうり、塩、しょうゆ、ごま油	エネルギー		632 kcal		エネルギー		683 kcal		ほうれん草のソテー	ほうれん草、ウインナー、ホールコーン、塩、米油、コンソメ、こしょう		
9月		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	10火	バーガーパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	11水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	12木	ソフトパスタ	小麦粉(岩見沢産きたほなみ)	13金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)				
		身も心もほっこりフォーガー	フォー、鶏もも肉、玉ねぎ、塩、人参、大根、もやし、豆苗、中華だしの素、しょうゆ、こしょう、鶏がらスープ		コーンクリームスープ	ホールコーン、玉ねぎ、塩、クリームコーン、牛乳、こしょう、有塩バター、コーンクリームスープ、野菜ブイヨン、鶏がらスープ		玉ねぎとわかめのみそ汁	玉ねぎ、わかめ、油揚げ、長ねぎ、手作りみそ、酒、だし昆布、かつおだし		トマトスープパスタ(汁)	鶏もも肉、玉ねぎ、人参、青ピーマン、にんにく、ダイストマト、ローリエ、トマトピューレ、コンソメ、塩、オールのライス、生クリーム、トマトシチューの素、スキムミルク、有塩バター、こしょう、でん粉、鶏がらスープ		沢煮椀	豚もも肉、大根、人参、ごぼう、長ねぎ、酒、みりん、塩、しょうゆ、だし昆布、かつおだし				
		春巻	春巻、キャノーラ油		バーガーパティ	バーガーパティ、三温糖、みりん、酒、しょうゆ、でん粉		とんかつ	豚ロース肉、塩、こしょう、酒、ガーリックパウダー、キタノカオリ、パン粉、エッグケアマヨネーズ、キャノーラ油		キャベツとコーンのソテー	キャベツ、ホールコーン、ポークハム、コンソメ、塩、こしょう、米油		セレクトデザート	セレクトデザート	さばのみそこうじ焼き	さば切り身、塩、みそこうじ、みりん		
エネルギー		キムチ炒め	キムチ、白菜、豚もも肉、人参、長ねぎ、キムチ味、みりん、しょうゆ、酒、三温糖、ごま油、でん粉	エネルギー		フルーツゼリーあえ	パインシラップ漬け、巨峰ゼリー	エネルギー		750 kcal		エネルギー		635 kcal		煮びたし	もやし、小松菜、油揚げ、しょうゆ、三温糖、みりん、酒、かつお節、かつおだし		
16月		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	17火	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	18水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	19木	ラーメン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	20金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)				
		きのこのみそ汁	きのこミックス、油揚げ、玉ねぎ、長ねぎ、みそ、酒、だし昆布、かつおだし		ホワイトシチュー	鶏もも肉、ローリエ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、牛乳、生クリーム、シチューの素、スキムミルク、有塩バター、コンソメ、白ワイン、こしょう、塩、米油、鶏がらスープ		中華風卵スープ	鶏卵、なめこ水煮、玉ねぎ、長ねぎ、中華だしの素、しょうゆ、塩、こしょう、でん粉、鶏がらスープ		とんこつラーメン(汁)	豚もも肉、玉ねぎ、人参、白菜、長ねぎ、塩、メンマ、きくらげ、しょうが、塩、にんにく、米油、こしょう、とんこつラーメンスープ、鶏がらスープ		かぼちゃ団子汁	かぼちゃもち、油揚げ、玉ねぎ、長ねぎ、しょうゆ、塩、だし昆布、かつおだし				
		あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット、キャノーラ油		肉シューマイ	肉シューマイ		チヂミ	チヂミ、キャノーラ油、しょうゆ、三温糖、ごま油、米酢、でん粉		鶏肉の塩こうじ焼き	鶏もも肉、塩こうじ				
エネルギー		自分DE五目ごはんの具	鶏もも肉、しらたき、ひじき、ごぼう、人参、三温糖、しょうゆ、みりん、酒、米油、かつおだし	エネルギー		大根サラダ	大根、枝豆、ポークハム、かんざつドレッシング	エネルギー		533 kcal		エネルギー		638 kcal		もやしとツナのサラダ	もやし、まぐろ水煮、人参、焙煎胡麻ドレッシング		
23月		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	24火	黒糖パン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	25水	スノーライス	精白米(岩見沢産ななつぼし)	26木	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	クリスマス	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)				
		キャベツのみそ汁	キャベツ、長ねぎ、油揚げ、みそ、酒、だし昆布、かつおだし		オニオンスープ	玉ねぎ、人参、ベーコン、塩、セロリ、長ねぎ、コンソメ、こしょう、白ワイン、鶏がらスープ		クリスマスの夜空カレー	鶏もも肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、ホールコーン、米油、オールのライス、ローリエ、にんにく、しょうが、トマトケチャップ、カレーパウダー、ウスターソース、チャツネ、赤ワイン、鶏がらスープ		すまし汁	豆腐、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、干しいたけ、しょうゆ、酒、みりん、塩、だし昆布、かつおだし		いわしの梅煮	いわしの梅煮				
		鮭フライ	鮭切り身、塩、こしょう、ガーリックパウダー、キタノカオリ、酒、パン粉、エッグケアマヨネーズ、キャノーラ油		フライドチキン	鶏もも肉、しょうが、にんにく、塩、米粉、ガーリックパウダー、オールのライス、キタノカオリ、でん粉、黒こしょう、酒、エッグケアマヨネーズ、キャノーラ油		メリーハンバーグ	もみの木型のハンバーグ		大根と豚肉のみそ煮	大根、ねじりこんにやく、人参、豚もも肉、赤みそ、酒、しょうゆ、みりん、三温糖、かつおだし							
エネルギー		なめたけあえ	チンゲンサイ、もやし、なめたけ、しょうゆ	エネルギー		ヤーコンサラダ	ヤーコン、きゅうり、カリフラワー、サウザンアイランドドレッシング	エネルギー		830 kcal		エネルギー		614 kcal		焼きプリンタルト			

令和6年度  
12月  
小学校 (Bコース)

こんだてひょう

【 12月の平均栄養価 】

	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
小学校	669kcal	26.8g	22.0g	2.52g
中学校	781kcal	30.4g	24.2g	2.95g

食育もくひょう  
食べものの働きを知ろう  
給食もくひょう  
給食の前にはきれいに  
手を洗おう

今日の地場産物  
玉ねぎ・ヤーコン  
じゃがいも・大豆  
米・手作りみそ  
米粉・小麦粉

セレクト給食  
12日(木)はデザートの特選給食♪  
★いちごクレープ  
★あまなつフレッシュ  
★ココアワッフル  
★スイートポテト

♪牛乳(お茶)は、毎日つきます。  
♪はしは、毎日持参しましょう。  
♪食材の都合により献立の内容が一部変わることもあります。  
♪マークの日はスプーンがつきます。  
♪ごはんにおこげが入っている場合があります。  
♪魚には、骨が入っている場合があります。  
気をつけて食べてください。  
アレルギーに関しては、必要な方に原材料配合表をお渡ししています。そちらをご確認ください。