



令和6年度12月 学校給食献立予定表



埴町学校給食センター

日	曜	欠食校	献立名	赤の食品		緑の食品		黄色の食品		【栄養価】			
				おもに体をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーのもとになる		1人分 - たんぱく質・脂質・塩分			
2	月	こども園	ごはん 牛乳 白身魚フライ 五目きんぴら 南蛮汁	牛乳 白身魚フライ さつまいも 豚肉 みそ	ごぼう にんじん えだまめ こんにゃく だいこん ほうれん草 ねぎ ししいたけ	米 米油 三温糖 さといも 中濃ソース	516 15.3 16.2 1.9 663 18.8 20.8 2.4 758 21.4 22.0 2.7						
3	火		食パン りんごジャム 牛乳 照り焼きチキン フレンチサラダ コーンスープ	牛乳 ベーコン 鶏肉	キャベツ たまねぎ きゅうり にんじん とうもろこし	食パン りんごジャム 三温糖 かたくり粉 フレンチドレッシング	474 20.3 17.9 1.8 620 26.1 22.3 2.3 730 29.4 24.3 2.8						
4	水	こども園	わかめごはん 牛乳 真だくさん玉子焼き 小松菜のチーズ和え 豆乳入り呉汁	牛乳 真だくさん玉子焼き チーズ 打ち豆 わかめ 油揚げ 豆乳 みそ	ごまつな キャベツ だいこん にんじん ごぼう ねぎ	米 三温糖	529 23.2 17.5 2.0 648 27.4 20.2 2.3 748 30.6 21.9 2.6						
5	木		ごはん 牛乳 納豆 すきやき風煮 さつまいものみそ汁	牛乳 納豆 豚肉 みそ 焼きとうふ 凍み豆腐	はくさい にんじん ねぎ ごまつな 糸こんにゃく	米 米油 三温糖 さつまいも	500 20.3 15.0 1.6 657 27.5 19.5 2.0 770 31.4 21.6 2.3						
6	金		ごはん 牛乳 カツオの揚げびたし キャベツと豚肉の炒め物 じゃがいものみそ汁	牛乳 かつお 豚肉 みそ	にんじん もやし だいこん キャベツ	米 精麦 米油 三温糖 ごま油 じゃがいも	500 22.0 15.2 2.0 617 25.3 17.9 2.4 730 29.6 20.1 2.8						
9	月	中学校	ごはん 牛乳 鶏肉のハーブマスタード焼き スバゲティサラダ ほうれん草のみそ汁	牛乳 鶏肉 粉チーズ ロースハム 厚揚げ みそ	キャベツ たまねぎ きゅうり にんじん パセリ ほうれん草	米 米油 パン粉 オリーブ油 マカロニ マヨネーズ	529 24.6 17.0 1.8 671 30.5 20.6 2.2 775 33.4 22.5 2.6						
10	火		しょうゆラーメン 牛乳 ぎょうざ(幼1コ、小・中2コ) ひじきとごぼうのサラダ	牛乳 豚肉 ぎょうざ ソフトチキン	キャベツ もやし ねぎ ごぼう きゅうり にんじん しいたけ	中華めん 米油 三温糖 マヨネーズ	478 20.6 14.8 2.5 637 26.1 19.5 3.2 806 33.4 21.3 3.7						
11	水		ごはん 牛乳 さわらのマヨネーズ焼き 切り昆布の炒め煮 すいとん汁	牛乳 さわら 鶏肉 こんぶ 油揚げ ちくわ みそ	にんじん こんにゃく はくさい ねぎ えだまめ	米 米油 マヨネーズ 三温糖 すいとん	512 23.4 15.8 1.8 653 28.9 19.0 2.3 748 31.6 20.3 2.6						
12	木		ごはん 牛乳 ユーリンチー パンサンデー 中華なめこスープ	牛乳 鶏肉 ロースハム	赤パプリカ 黄パプリカ だいこん きゅうり たけのこ なめこ えのき はくさい ねぎ	米 米油 三温糖 ごま油 白ごま かたくり粉	507 19.8 16.8 1.5 628 23.6 19.6 1.9 743 27.4 22.1 2.3						
13	金		ポークカレー 牛乳 海そうサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 粉チーズ わかめ くきわかめ こんぶ ヨーグルト	たまねぎ にんじん だいこん きゅうり	米 米油 じゃがいも カレールー 三温糖 ごま油	535 18.3 13.9 2.4 662 21.9 16.5 2.9 770 24.9 17.6 3.4						
16	月		ごはん 牛乳 さばのカレーしょうゆ焼き 親子煮 だいこんのみぞれ汁	牛乳 さば 鶏肉 たまご とうふ	たまねぎ にんじん だいこん ししいたけ えだまめ えのき ねぎ	米 米油 三温糖	567 23.8 21.6 1.9 681 27.8 23.7 2.3 811 32.5 27.4 2.8						
17	火		丸パン 牛乳 星のコロッケ カラフルサラダ ミネストロネ	牛乳 ベーコン	赤パプリカ 黄パプリカ きゅうり ブロッコリー セロリ はくさい にんじん パセリ だいこん とうもろこし	コッパン 米油 星のコロッケ 三温糖 オリーブ油 マカロニ	502 16.9 18.4 1.9 630 21.2 21.5 2.4 750 24.7 24.6 2.8						
18	水		【ぶくしま健康応援メニュー】 麦ごはん 牛乳 あじのごま焼き こんぶ和え きのこけんちん汁	牛乳 あじ こんぶ 鶏肉 油揚げ とうふ みそ	キャベツ きゅうり だいこん にんじん ごぼう しいたけ しめじ こんにゃく	米 精麦 三温糖 米油 ごま油 さといも 白ごま	486 22.5 15.1 1.5 612 27.8 18.2 1.8 707 30.4 19.6 2.1						
19	木		【クリスマス献立】 チキンライス 牛乳 もみの木ハンバーグ ブロッコリーのサラダ わかめスープ クリスマスケーキ	牛乳 もみの木ハンバーグ 鶏肉 ツナ わかめ	ブロッコリー にんじん 赤パプリカ もやし たけのこ ししいたけ とうもろこし たまねぎ	米 三温糖 ごま油 白ごま クリスマスケーキ	553 19.4 18.9 2.4 636 22.0 22.3 2.8 767 26.7 25.7 3.4						
20	金	両幼稚園	【とうじ献立】 ひじきごはん 牛乳 冬至かぼちゃ さわにわん はちみつゆずゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ ひじき 豚肉 あずき	にんじん かぼちゃ えだまめ えのき ごぼう たけのこ	米 米油 三温糖 はちみつゆずゼリー	486 17.7 12.0 1.5 612 21.9 14.4 1.9 721 25.2 15.7 2.2						
23	月	両幼稚園	クラッシュ大豆のドライカレー 牛乳 冬野菜スープ	牛乳 鶏肉 豚肉 クラッシュ大豆 ベーコン とうふ	たまねぎ はくさい にんじん ごまつな ねぎ パセリ ししいたけ	米 米油 カレールウ	518 20.0 15.5 2.4 662 25.1 20.4 2.8 783 28.5 23.0 3.4						

しょうがつ がつ がつついたち
正月 (1月1日~)

おせち料理

ひとつひとつの食材に、新年への願いが込められています。「箱を重ねる」「めでたさを重ねる」と縁起を担ぎ、重箱に詰めるのも特徴です。

お雑煮

地域の食材を使った、もち入りの汁物。主に西日本では丸もち、東日本では角もちが用いられます。あん入りのもちを入れる所、もちを入れない所もあります。

かんさいふうそうに 関西風雑煮

かんとうふうそうに 関東風雑煮



※ 材料等の都合により、献立変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ※ 栄養価は上段が幼稚園、中段が小学校、下段が中学校の数値です。【単位：エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)】