

12月予定献立表

実施回数 14回

平均エネルギー 613kcal

平均たんぱくしつ 21.8g

加古川市教育委員会

学務課

日	2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）	9日（月）	10日（火）
献立	□パン ○ぎゅうにゅう コロッケ ボイルやさい かぶのたまごスープ	ごもくまぜごはん □（ごはん小） ○ぎゅうにゅう ★わかさぎのからあげ すましじる	□ごはん ○ぎゅうにゅう とりにくとじゃがいものにも ★きりぼしだいこんのあまずに ふりかけ（のり）	□パン ○ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ボイルキャベツ マカロニスープ	□ごはん ○ぎゅうにゅう さかなのさらさあげ クーピーリチー みそしる	□バターパン ○ぎゅうにゅう ボルシチ チンゲンサイソテー ココア	□ごはん（小） ○ぎゅうにゅう さばのしょうがに ひじきまめ さつまじる
副食材料	□コロッケ □あげあぶら △にんじん △キャベツ ソース ○ベーコン ○たまご △たまねぎ △にんじん △かぶ △えのきたけ △ねぎ ポークブイヨン チキンブイヨン しお こしょう しょうゆ □でんぶん 1こ	○とりにく ○ちくわ ○あぶらあげ こんにやく △にんじん △ごぼう △ほししいたけ □さとう しょうゆ・さけ □あぶら にぼしだし ○わかさぎ しお・こしょう □でんぶん □あげあぶら ○どうぶ ○かまぼこ △たまねぎ △にんじん △えのきたけ △ねぎ □ふ しお しょうゆ にぼしだし だしこんぶ 1ふくろ	○とりにく こんにやく □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △さやいんげん □さとう しょうゆ みりん さけ にぼしだし ○あぶらあげ △にんじん △きりぼしだいこん □ごま す □さとう しょうゆ しお □ごまあぶら にぼしだし ふりかけ（のり） 1ふくろ	○ハンバーグ △トマト（みずに） ケチャップ デミグラスソース □さとう ソース △キャベツ ○ベーコン □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △しめじ △とうもろこし □マカロニ △パセリ ポークブイヨン チキンブイヨン しお こしょう しょうゆ 1こ	○ホキ しお しょうゆ・さけ △しょうが □でんぶん カレーこ □あげあぶら ○ぶたにく ○あぶらあげ △にんにく こんにやく △にんじん △ほししいたけ ○こんぶ △さやいんげん □さとう しょうゆ・さけ □ごまあぶら にぼしだし ○どうぶ ○あぶらあげ □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △えのきたけ △ねぎ ○みそ にぼしだし 1ふくろ	□はっこうバターいりマーガリン ○ぶたにく □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △だいこん △キャベツ △トマト（みずに） △パセリ ポークブイヨン チキンブイヨン □ハヤシルウ しお・こしょう ケチャップ △トマトピューレ あかワイン □あぶら ○ポークウインナー △たまねぎ △にんじん △とうもろこし △チンゲンサイ □マカロニ しお・こしょう △ねぎ □あぶら □ココア 1ふくろ	○さば △しょうが □さとう しょうゆ さけ ○あぶらあげ ○だいず（みずに） △にんじん ○ひじき △さやいんげん □さとう しょうゆ さけ □ごまあぶら にぼしだし ○とりにく ○どうぶ ○あぶらあげ □じゃがいも △にんじん △たまねぎ △ねぎ にぼしだし ○みそ 1きれ
日	11日（水）	12日（木）	13日（金）	16日（月）	17日（火）	18日（水）	19日（木）
献立	□ごはん（小） ○ぎゅうにゅう さかなのみぞれかけ ちゅうかスープ ヨーグルト	□おうどんパン ○ぎゅうにゅう タイピーエン りんご	カレーライス □（むぎごはん大） ○ぎゅうにゅう かいそうサラダ ★アーモンド	□こくとうパン ○ぎゅうにゅう ポトフ ビーフンいりやさしいため チーズ	□わかめごはん（大） ○ぎゅうにゅう ごまに にびたし	冬至メニュー □ごはん（小） ○ぎゅうにゅう にしんのあげに ほうとう みかん	クリスマスメニュー □パン ○ぎゅうにゅう フライドチキン だいこんサラダ クリームスープ クリスマスケーキ
副食材料	○ホキ しお こしょう □でんぶん □あげあぶら △だいこん す □さとう しょうゆ ○やきぶた △たまねぎ △にんじん △はくさい △もやし △チンゲンサイ △しょうが □ピー ポークブイヨン しお こしょう しょうゆ さけ □ごまあぶら にぼしだし ○ヨーグルト 1こ	□あげあぶら ○きなこ □さとう しお ○ぶたにく ○いか ○かまぼこ ○うすらたまご △しょうが △たまねぎ △にんじん △はくさい △ほししいたけ △ねぎ □りよくとうはるさめ ポークブイヨン チキンブイヨン しお こしょう しょうゆ さけ □ごまあぶら □あぶら △りんご 1きれ	□おおむぎ □きょうかまい ○ぎゅうにく △にんにく △しょうが □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △だいこん ポークブイヨン チキンブイヨン しお こしょう △グリーンピース ポークブイヨン □カレールウ カレーこ しお こしょう ケチャップ ソース □ピー しょうゆ □あぶら △にんじん △キャベツ ○かいそうミックス たまねぎドレッシング □アーモンド 1ふくろ	□くろぎとう ○ベーコン ○ミニウインナー □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △だいこん ポークブイヨン チキンブイヨン しお こしょう しょうゆ □ビーフン ○ぶたにく △しょうが △たまねぎ △にんじん △キャベツ △チンゲンサイ ポークブイヨン しお こしょう しょうゆ さけ □ごまあぶら □あぶら ○チーズ 2こ	○わかめごはんのもと □きょうかまい ○とりにく ○ちくわ ○だいず（みずに） こんにやく □じゃがいも △にんじん △だいこん △さやいんげん □ごま □さとう しょうゆ みりん さけ にぼしだし ○あぶらあげ △はくさい △チンゲンサイ □さとう しょうゆ にぼしだし 1こ	○にしん しお こしょう □でんぶん □あげあぶら □さとう しょうゆ みりん □ごま ○とりにく □ほうとう ○やきどうふ △はくさい △にんじん △かぼちゃ △しろねぎ △ねぎ だしこんぶ にぼしだし ○みそ しょうゆ △みかん 1こ	○とりてばもと △にんにく しお こしょう チリパウダー □でんぶん □しょうしんこ □あげあぶら △だいこん △にんじん △キャベツ あおじそドレッシング ○ベーコン □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △しめじ △ブロッコリー ポークブイヨン □ベシャメルソース ○ぎゅうにゅう ○なまクリーム しお こしょう □クリスマスケーキ 1こ

○印…血・肉・骨になり、からだをつくるもの（赤色） □印…熱や力のもとになるもの（黄色） △印…からだの調子をととのえるもの（みどり色） ★印…かみかみメニュー

…兵庫県産食材

◎物資等の都合により変更する場合があります。 ◎アップルパンや麦ごはんなどの主食への混ぜ込み材料は、副食材料欄に記載しています。

次回給食費引落日：12月25日（水）[11月分]★口座への入金をお願いします★