

12月予定献立表

実施回数 14回 平均エネルギー 615kcal
平均たんぱくしつ 21.6g

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	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	□おうごんパン ○ぎゅうにゅう タイピーエン りんご	□ごはん ○ぎゅうにゅう さかなのさらさあげ クーブイリチー みそしる	□わかめごはん(大) ○ぎゅうにゅう ごまに にびたし	□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(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	□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
副食材料	(□おのおむぎ □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 △グリーンピース △ポークブイオン □カレールウ カレーこ しお こしょう ケチャップ ソース 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	(□あげあぶら ○きなこと □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 ポークブイオン チキンブイオン 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	(○ホキ しお しょうゆ・さけ △しょうが □でんぷん カレーこ □あげあぶら ○ぶたにく ○あぶらあげ △にんにく △しょうが △こんにゃく △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 ○とうふ □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	(○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) こんにゃく □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	(○ハンバーグ 1こ △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 ポークブイオン チキンブイオン しお こしょう しょうゆ	(○さば 1きれ △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 ○とうふ ○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	(□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 △ポークブイオン チキンブイオン 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 ポークブイオン 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
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 コロッケ ボイルやさ 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	□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 さかなのみぞれかけ ちゅうかスープ ヨーグルト	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	□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)	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
副食材料	(□コロッケ 1こ □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 ポークブイオン チキンブイオン しお こしょう しょうゆ □でんぷん	(○とりにく ○ちくわ ○あぶらあげ こんにゃく △たまねぎ △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 □でんぷん □あげあぶら ○とうふ ○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	(□はっこうバターいりマーガリン □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 ポークブイオン チキンブイオン □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 しょうゆ □あぶら □ココア 1ふくろ	(○ホキ しお こしょう □でんぷん □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 □ごま ポークブイオン 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	(○とりてばもと 1ぽん △にんにく しお こしょう チリパウダー □でんぷん □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 ポークブイオン □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	(○とりにく こんにゃく □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	(○にしん 1きれ しお こしょう □でんぷん □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

○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★