

2024年12月給食献立表

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
2	月	カレーピラフ ひじきの煮物 玉葱のスープ	豚肉 うす揚げ	米	玉葱 人参 グリンピース ひじき 人参 玉葱 人参 ほうれん草
3	火	ご飯 サバの竜田揚げとおかか和え 豆腐サラダ 南瓜の味噌汁	鯖 かつおぶし 豆腐 じゃこ	米	ほうれん草 コーン 南瓜 玉葱 人参 葱
4	水	十六穀米 鶏肉のマーレード焼きと添え野菜 中華風春雨サラダ 大根のスープ	鶏肉 卵	米 十六穀米 春雨 胡麻	ブロッコリー 人参 胡瓜 大根 人参 ほうれん草 玉葱 人参 ほうれん草 青のり コーン
5	木	肉うどん ちくわの磯部揚げと添え野菜 果物	豚肉 ちくわ	うどん	玉葱 人参 ほうれん草 青のり コーン バナナ
6	金	ご飯 ぶりの照り焼きと胡麻和え 切干大根の煮物 なめこの味噌汁	ぶり うす揚げ	米 胡麻	ほうれん草 切干大根 人参 なめこ 玉葱 人参 小松菜
7	土	焼きそばパン	ウインナー	パン 中華麺	人参 キャベツ 果物もしくはスープ
9	月	親子丼 わかめの酢の物 えのきの味噌汁	鶏肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 胡瓜 人参 えのき 玉葱 人参 ほうれん草
10	火	ご飯 鮭のムニエルと添え野菜 マカロニグラタン もやしのスープ	鮭 チーズ	米 マカロニ	コーン 玉葱 マッシュルーム もやし 玉葱 人参 小松菜
11	水	カレーライス コールスローサラダ 果物	豚肉	米 じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース キャベツ 胡瓜 人参 バナナ
12	木	十六穀米 豚肉の生姜焼きと添え野菜 人参しりしり なめこのすまし汁	豚肉 シーチキン	米 十六穀米	ブロッコリー 人参 なめこ 人参 小松菜
13	金	生活発表会 (給食はありません)			
14	土	ウインナーパン	ウインナー	パン	果物もしくはスープ
16	月	鮭の散らし寿司 厚揚げの煮物 麩のすまし汁	鮭 厚揚げ	米 麩	いんげん 大根 人参 人参 えのき ほうれん草
17	火	十六穀米 チンジャオロース 餃子と添え野菜 わかめスープ	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 餃子の皮	人参 ピーマン 筍 玉葱 ニラ コーン わかめ 人参 玉葱
18	水	ご飯 ハヤシライス マカロニサラダ 果物	豚肉	米 マカロニ	玉葱 人参 マッシュルーム 胡瓜 人参 バナナ

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
19	木	十六穀米 鶏肉の唐揚げと添え野菜 小松菜のゴマ酢和え きのこの味噌汁	鶏肉 うす揚げ	米 十六穀米	ブロッコリー 小松菜 人参 えのき 人参 椎茸 葱
20	金	ケチャップライス リースハンバーグ クリスマスツリー コーンスープ	牛豚ミンチ	米 じゃが芋	トマト 玉葱 人参 ブロッコリー 人参 青のり 人参 コーン 玉葱 パセリ
21	土	ハムマヨバーニ	ハム	パン	果物もしくはスープ
23	月	他人丼 わかめの酢の物 大根の味噌汁	豚肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 胡瓜 人参 大根 人参 玉葱
24	火	ご飯 鯖の塩焼きと梅和え レバーの香り揚げと添え野菜 小松菜のすまし汁	鯖 レバー	米	梅 小松菜 コーン 小松菜 人参 えのき
25	水	十六穀米 まさご揚げと添え野菜 春雨サラダ 青梗菜のスープ	豆腐 じゃこ エビ ミンチ 卵	米 十六穀米 春雨	ブロッコリー 胡瓜 青梗菜 玉葱 人参
26	木	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 ニラ 玉葱 コーン バナナ
27	金	サンドイッチ	ハム 卵		胡瓜
28	土	お弁当の日 (給食はありません)			
30	月	休日(お休み)			
31	火	休日(お休み)			

冬

冬

3~5歳はお弁当です。

3~5歳はお弁当です。

沖縄地方の郷土料理

エネルギー553kcal ・ タンパク質21.9g ・ 脂質 19.1g ・ カルシウム 263g

今月の見本はゆり組さんです。どうぞご覧ください。
バイキングはさくら組さんがします。