

12月のよていにन्दて

栄町中

月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
わかめごはん さつま汁 焼きハンバーグ (照り焼きソース)	ご飯 豆腐の中華煮(えび入り) ししゃものから揚げ ナムル	横割パンズ ポーククリームシチュー ★ほっけのオトシルワイ (ケチャップソース) F eスライスチーズ パイン缶詰	★味噌かつ丼 けんちん汁 みかん	パスタ・フットマトリス 青のりポテト ▲ヨーグルト
米、おおむぎ、炊き込みわかめ、白 ごま/豚肉、さつまいも、豆腐、板 こんにゃく、にんじん、だいこん、 ごぼう、長ねぎ、しょうが、油、赤 みそ、白みそ、唐辛子/ハンバーグ 醤油、きび砂糖、本みりん、かたくり 粉/	白飯/豆腐、豚肉、えび、にんじん、 玉ねぎ、たけのこ、黒きくらげ、 油、醤油、きび砂糖、食塩、黒こ しょう、ごま油、かたくり粉/カラ フトししゃも(子持ち)、小麦 粉、かたくり粉、揚げ油、醤油、き び砂糖、本みりん、穀物酢/ハム、 こまつな、もやし、にんじん、醤 油、穀物酢、きび砂糖、唐辛子、ご ま油、トウバンジャン、白ごま/	横割パンズ/豚肉、じゃがいも、玉 ねぎ、にんじん、パセリ、小麦粉、パ ター、油、牛乳、豆乳、チーズ、スキ ムミルク、食塩、白こしょう、白ワ イン、鶏がらスープ/ほっけ、食塩、 黒こしょう、小麦粉、全卵、オート ミール、パン粉、揚げ油/スライス チーズ/パイン缶詰	白飯、豚肉、黒こしょう、小麦粉、 全卵、パン粉、赤みそ、きび砂糖、 醤油、本みりん、ごま油、白ごま/ 鶏肉、豆腐、つきこんにゃく、にん じん、だいこん、ごぼう、長ねぎ、 油、醤油、食塩/みかん	ソフトパスタ、ベーコン、むきえび、 いか、白ワイン、あさり、玉ねぎ、に んじん、マッシュルーム、セロリー、 にんにく、オリーブ油、パセリ、小麦 粉、カレー粉、ケチャップ、トマト缶 詰、ウスターソース、中濃ソース、醤 油、食塩、黒こしょう、オレガノ、赤 ワイン、鶏がらスープ/フレンチポ テト、揚げ油、食塩、黒こしょう、青 のり/ヨーグルト、粉糖/
8日	9日	10日	11日	12日
豆腐入りカレーピラフ 釧路産たらフライ ★フルーツサワー	豚ミックス丼 味噌汁 紅まどんな	黒コッペパン キャロットポタージュ チキンナゲット もやしのごまサラダ	根菜のスープカレー あさりのスパゲティサラダ	★味噌バターコーン チーズフォンデュ パイン缶詰
米、おおむぎ、バター、白ワイン、 ベーコン、焼き豆腐、醤油、にんじ ん、玉ねぎ、マッシュルーム、パセ リ、グリーンピース、油、食塩、カ レー粉/たらフライ、揚げ油/みか ん缶詰、パイン缶詰、黄桃缶詰、な し缶詰、なつみかん缶詰、ヨーグ ルト、上白糖/	白飯、豚肉、しょうが、厚揚げ、か たくり粉、小麦粉、揚げ油、玉ね ぎ、たけのこ、にんじん、ピーマ ン、油、醤油、きび砂糖、本みりん、 白ごま/はくさい、油揚げ、白み そ、赤みそ/紅まどんな	黒コッペパン/ベーコン、玉ねぎ、 にんじん、じゃがいも、パセリ、小 麦粉、バター、油、チーズ、スキミ ルク、牛乳、豆乳、食塩、白こしょ う、白ワイン、鶏がらスープ/チキ ンナゲット、揚げ油/こまつな、も やし、ホールコーン、にんじん、醤 油、きび砂糖、穀物酢、赤みそ、トウ バンジャン、白すりごま/	白飯、豚肉、オリーブ油、じゃがい も、揚げ油、ごぼう、にんじん、だ いこん、玉ねぎ、セロリー、りん ご、しょうが、にんにく、油、トマ ト缶詰、醤油、食塩、黒こしょう、 カレー粉、チリパウダー、赤ワイ ン、鳥がら、煮干し/あさり、しょ うが、スパゲティ、きゅうり、にん じん、醤油、穀物酢、油、きび砂糖、 白みそ、ごま油、白ごま/	ソフトラーメン、豚肉、にんにく、白 すりごま、白ごまむき、赤みそ、白み そ、本みりん、ごま油、トウバンジャ ン、醤油、しょうが、もやし、玉ねぎ、 メンマ、にんじん、油、ほうれんそ う、長ねぎ、バター、ホールコーン、 鳥がら、豚骨、煮干し/チーズフォン デュサンドコロッケ、揚げ油/パイン 缶詰
15日	16日	17日	18日	19日
五目ごはん ★高野豆腐のフライ 磯和え	ご飯 肉じゃが F eちゃんギョウザ おひたし	コッペパン ミートパスタグラタン ごぼうチップサラダ パイン缶詰	ご飯 豆腐のトロトロ煮 揚げえびシュウマイ ごま和え	肉うどん かぼちゃのいとこ煮 みかん
米、おおむぎ、食塩、鶏肉、油揚げ、 しらたき、にんじん、ごぼう、たけ のこ、ひじき、グリーンピース、油、 醤油、きび砂糖、本みりん、だし汁 /凍り豆腐、醤油、きび砂糖、本み りん、カレー粉、食塩、小麦粉、白 すりごま、全卵、パン粉、白ごま、 揚げ油/こまつな、もやし、切りの り、醤油/	白飯/豚肉、大豆水煮、じゃがい も、玉ねぎ、しらたき、にんじん、 切り干し大根、さやいんげん、た もぎたけ、しょうが、油、醤油、赤 みそ、黒砂糖、てんさい糖、きび砂 糖、本みりん/F eちゃんギョウ ザ、揚げ油/こまつな、はくさい、 糸かつお、醤油/	コッペパン/マカロニ、豚肉、しょ うが、にんにく、玉ねぎ、にんじん、 マッシュルーム、小麦粉、バター、 油、ケチャップ、チーズ、トマト缶 詰、中濃ソース、醤油、食塩、黒こ しょう、白ワイン、鶏がらスープ、 ミックスチーズ、パン粉、パセリ/ ハム、キャベツ、きゅうり、ホール コーン、ごぼう、揚げ油、穀物酢、き び砂糖、醤油、食塩、黒こしょう、白 ごま/	白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ね ぎ、にんじん、しょうが、にんに く、油、醤油、きび砂糖、食塩、黒こ しょう、かたくり粉、鶏がらスー プ/えびシュウマイ、揚げ油/ほう れんそう、もやし、白すりごま、醤 油、きび砂糖/	ソフトめん、豚肉、油揚げ、つと、に んじん、ほうれんそう、長ねぎ、たも ぎたけ、醤油、きび砂糖、本みりん、 穀物酢、唐辛子/西洋かぼちゃ、あず き、きび砂糖、食塩、白玉もち/みか ん
22日	23日	24日	25日	12月9日(火)の果物 「紅まどんな」は四国の 愛媛県生まれで、愛媛県 オリジナルの柑橘類です。 「ゼリーのような食感」 と言われるほどのふるふ る感です。。貴重でなか なか店頭に並ばない高級 な「紅まどんな」を味わ いましょう。(※市場の 状況により変更になる場 合があります)
ポークウィンナーライス カレーコロッケ 小松菜とコーンのサラダ	ご飯 醤油おでん ひじき春巻F e おかかふりかけ	ツイストパン コーンクリームスープ ★フライドチキン 黄桃缶詰	終業式	
米、おおむぎ、バター、トマト缶 詰、白ワイン、ポークウィンナー、 玉ねぎ、にんじん、マッシュル ーム、グリーンピース、油、ケチャッ プ、食塩、黒こしょう/ポテトコ ロッケ(カレー味)、揚げ油/ハ ム、こまつな、ホールコーン、白ご ま、油、きび砂糖、穀物酢、醤油、黒 こしょう/	白飯/ひじき入りさつま揚げ、豆 腐入りかまぼこ、うずら卵水煮、 ひじき入りがんも、厚揚げ、板こ んにゃく、にんじん、だいこん、ふ き水煮、根昆布、醤油、きび砂糖、 本みりん、食塩、からし/ひじき春 巻、揚げ油/しらす干し、醤油、食 塩、糸かつお、きび砂糖、切りの り、青のり、白ごま/	ツイストパン/ホールコーン、ク リームコーン、ベーコン、玉ねぎ、 にんじん、パセリ、小麦粉、バター、 油、牛乳、豆乳、スキムミルク、チ ーズ、白ワイン、食塩、白こしょう、 鶏がらスープ/鶏肉、食塩、黒こしょ う、パブリカ、ナツメグ、にんにく、 牛乳、白ワイン、小麦粉、かたくり 粉、揚げ油/黄桃缶詰		

※牛乳は毎日200mlつきます。※市場の状況により、果物等は変更になる場合があります。★除去食対応献立 ▲代替食対応献立
※給食で使用している「しらすぼし」や「からふとししゃも」の中には小さな甲殻類が混入している場合があります。
※主な使用食材を記載しています。※アレルギー等の確認で詳細な資料が必要な場合は学級担任までお知らせください。



は何でしょう？

1年の中でもっとも昼が短い日を「冬至」といいます。
そんな「冬至に食べるとガゼをひかない」といわれている野菜

給食でも、12月19日
(金)に「かぼちゃのいとこ
煮」が出ます！

- ①だいこん ②にんじん
③かぼちゃ ④たまねぎ

冬至の日は、12月22日です。
この日は、12月22日です。
この日は、12月22日です。
この日は、12月22日です。