



12月の給食だより

令和元年11月28日

札幌市立新川中学校

札幌市立北陽中学校

知っていますか？

食文化

日本に古くからある行事と食べ物について紹介します。



12月16日(月)の給食に「かぼちゃのいとし煮」が登場します。

12月22日(日)は冬至です。1年中で、昼が一番短く、夜が一番長い日です。この冬至に、「冬至かぼちゃ」を食べる風習が日本にはあります。

「かぼちゃ」は、“厄よけになる”“病気になるらない”と言われる野菜です。実際にかぼちゃには、カロテンやビタミンが多く含まれています。冬にビタミンなどの供給源が不足した時代は、かぼちゃは貴重な食材だったようです。



給食では、あずきからあんを作り、かぼちゃと白玉だんごを入れて「かぼちゃのいとし煮」を作ります。お楽しみに!!



おせち料理

12月20日(金)の給食に「白玉汁(雑煮風)」「紅白なます」が登場します。

『おせち料理』は、新しい年を迎えるお祝いの料理です。おめでたい材料がたくさん使われています。めでたいの「たい」、よろこぶの「こんぶ」、腰が曲がるまで長生きできるようにという「えび」などです。その他にも、紅白なます、黒豆、田作り、数の子などがあります。



12月は日本各地の料理が登場!



2日(月)
山梨県
『ほうとう風
うどん』

3日(火)
四国
『いりこめし』
『豚肉のみかん
ソース』

4日(水)
大分県
『とり天』

5日(木)
北海道
『地産地消
メニュー』で
リザーブ給食

6日(金)
新潟県
『のっぺい汁』

12月予定献立

月	火	水	木	金
2	3	4	5 リザーブ給食	6
ほうとう風うどん ごまポテト みかん	いりこめし 豚肉のみかんソース 大根サラダ	とり天丼 さつまい 磯あえ	横割パンズ コーンシチュー コロッケバーガーまたは フィッシュバーガー 牛乳プリン または ハスカップゼリー ゆでキャベツ	ごはん のっぺい汁 ぶりのごま味噌かけ あげ入りおひたし
■うどん・鶏肉・油揚げ・つと・かぼちゃ・白菜・大根・人参・しいたけ・長ねぎ・味噌・しょう油・みりん・酒・和風だし■じゃがいも・油・ごま・砂糖	■胚芽精米・大麦・酒・和風だし・かたくらいわし煮干し・油揚げ・人参・ごぼう・枝豆・しょう油・砂糖・みりん■豚肉・片栗粉・油・人参・みかんジュース・ワイン・砂糖・コーンスターチ・パセリ■大根・ツナ・きゅうり・人参・ごま・しょう油・砂糖・酢	■白飯・鶏肉・酒・しょう油・しょうが・にんにく・小麦粉・卵・片栗粉・ベーキングパウダー・油(天つゆ)■しょう油・砂糖・酒・みりん・片栗粉・和風だし■鶏肉・酒・さつまいも・豆腐・こんにやく・人参・大根・ごぼう・長ねぎ・しょうが・油・味噌・みりん・一味唐辛子・和風だし■ほうれん草・白菜・のり・しょう油	■コーン・玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ・小麦粉・バター・油・スキムミルク・チーズ・牛乳・豆乳・ワイン・鶏がらスープ■じゃがいも・豚肉・玉ねぎ・コーン・人参・グリーンピース・脱脂粉乳・油・しょう油・砂糖・酒・みりん・小麦粉・パン粉・ごま■たら・パン粉・小麦粉・大豆・でん粉・油■(バーガー用ケチャップソース)ケチャップ・ウスターソース・砂糖・ワイン・からし■牛乳・寒天・砂糖■ハスカップ果汁・砂糖・寒天■きゅうり	■鶏肉・酒・里いも・しいたけ・人参・ごぼう・こんにやく・ちくわ・たけのこ・しょう油・みりん・和風だし■ぶり・酒・小麦粉・片栗粉・油・味噌・砂糖・ごま■油揚げ・しょう油・砂糖・みりん・和風だし・ほうれん草・白菜
9	10	11	12	13
しょう油ラーメン シナモンポテト みかん	ごぼうピラフ 高野豆腐のフライ フルーツミックス	ハヤシライス あさりのサラダ	ソフトフランスパン チキングラタン サイコロサラダ パイナップ	ごはん 豆腐のオムライス煮 照り焼きエビバーグ しょうがあえ
■ラーメン・豚肉・メンマ・しょうが・にんにく・しょう油・酒・みりん・油・つと・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・ほうれん草・茎わかめ・鶏がらスープ■さつまいも・油・砂糖・シナモン	■胚芽精米・大麦・バター・ワイン・ベーコン・ごぼう・玉ねぎ・人参・にんにく・コーン・パセリ・油・しょう油■高野豆腐・しょう油・砂糖・酒・みりん・カレー粉・小麦粉・ごま・卵・パン粉・油■みかん缶・パイナップル・黄桃缶・なし缶・なつみかん缶	■白飯・豚肉・ワイン・玉ねぎ・人参・たけのこ・セロリ・しょうが・にんにく・マッシュルーム・グリーンピース・油・小麦粉・カレー粉・トマト・ケチャップ・ハヤシルウ・ウスターソース・中濃ソース・しょう油・オールのパイス・ナツメグ・シナモン・鶏がらスープ■あさり・しょうが・しょう油・砂糖・酒・みりん・キャベツ・人参・酢・からし・ごま	■鶏肉・ワイン・玉ねぎ・マカロニ・マッシュルーム・人参・油・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・ワイン・パン粉・粉チーズ・パセリ・鶏がらスープ■ハム・人参・きゅうり・コーン・しょう油・酢・砂糖・ごま油・からし	■豆腐・豚肉・酒・ピーマン・長ねぎ・人参・たけのこ・しょうが・にんにく・油・しょう油・砂糖・オイスターソース・片栗粉・鶏がらスープ■えび・たらすり身・玉ねぎ・片栗粉・卵白・油・しょう油・砂糖・みりん・片栗粉■小松菜・もやし・しょうが・しょう油・みりん
16 冬至献立	17	18	19 クリスマス献立	20 正月献立
きつねうどん かぼちゃのいとし煮 みかん	五目ごはん とんかつ ごまあえ	ごはん すき焼き かれないから揚げ 天つゆ りんご	ロールパン イタリアンスープ ローストチキン ビーンズサラダ	ごはん 白玉汁 サバの香味焼き 紅白なます
■うどん・油揚げ・しょう油・砂糖・みりん・酒・鶏肉・つと・しいたけ・長ねぎ・たまごたけ・ほうれん草・酢・一味唐辛子・和風だし■かぼちゃ・小豆・砂糖・白玉もち	■胚芽精米・大麦・酒・鶏肉・油揚げ・しらたき・人参・ごぼう・たけのこ・ひじき・しいたけ・グリーンピース・油・しょう油・砂糖・みりん・和風だし■豚肉・酒・小麦粉・卵・パン粉・油■ほうれん草・白菜・ごま・しょう油・砂糖	■豚肉・しょう油・砂糖・酒・油・焼き豆腐・しらたき・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・たまごたけ・焼きふ・香菊・しいたけ・みりん■かれない・片栗粉・油■しょう油・砂糖・酒・みりん・片栗粉・和風だし	■ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・人参・コーン・パセリ・マカロニ・しょう油・ワイン・鶏がらスープ■鶏肉・しょう油・砂糖・酒・みりん■手亡豆・枝豆・ハム・コーン・キャベツ・しょう油・玉ねぎ・酢・砂糖・ごま油	■白玉もち・鶏肉・酒・つと・高野豆腐・人参・ほうれん草・大根・ごぼう・長ねぎ・しいたけ・しょう油・酒・みりん・和風だし■さば・しょうが・にんにく・しょう油・酒・みりん・ごま■大根・人参・砂糖・酢
23	24	25	<div data-bbox="973 1545 1500 2105" data-label="Complex-Block">  <p>12月5日(木)は、今年度2回目のリザーブ給食です。今回は、『コロッケバーガーと牛乳プリン』『フィッシュバーガーとハスカップゼリー』のセットメニューのどちらかを選んで食べてもらいます。</p> </div>	
パスタボンゴレ スパイシーポテト	焼豚チャーハン 白花豆コロッケ フルーツサワー	<div data-bbox="654 1590 925 1702" data-label="Image"> </div>		
■パスタ・あさり・ワイン・大豆・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・セロリ・しょうが・にんにく・油・パセリ・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・トマト・ウスターソース・中濃ソース・しょう油・味噌・オールのパイス・ナツメグ・鶏がらスープ■じゃがいも・油・パセリ・カレー粉・チリパウダー・ナツメグ	■胚芽精米・大麦・酒・油・豚肉・長ねぎ・しょうが・にんにく・しょう油・みりん・人参・玉ねぎ・コーン・しいたけ・グリーンピース・ごま油■白花豆・じゃがいも・バター・砂糖・パン粉・小麦粉・片栗粉・大豆・油■みかん缶・パイナップル・黄桃缶・梨缶・夏みかん缶・ヨーグルト・砂糖			

★果物は天候や生育状況によって、変更になる場合があります。ご了承ください。

★献立名の下は、使用食材の一部です。ご覧ください。

★「あさり」「のり」「わかめ」「しらす干し」などの海産物全般に、漁法や餌の関係で小さな「えび」「かに」が混入する場合があります。ご了承ください。

★牛乳(200ml)は毎日つきます。