

令和4年12月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

※分量(g)は中学年の1人分です。
 ※学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがありますのでご了承ください。

A	2(金)	1(木)			9(金)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	16(金)	12(月)	13(火)	
B	1(木)	2(金)			5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	12(月)	13(火)	14(水)	
C	2(金)		1(木)		6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	5(月)	13(火)	14(水)	15(木)	
D	1(木)		2(金)		7(水)	8(木)	9(金)	5(月)	6(火)	14(水)	15(木)	16(金)	
E	2(金)		1(木)		8(木)	9(金)	5(月)	6(火)	7(水)	15(木)	16(金)	12(月)	
献立名	コーンピラフ	ごはん	麦ごはん	食パン	ごはん	チキンクリームライス	ぶどうパン	ルーローハン	ミートソーススパゲッティ	カレーライス	食パン	ごはん	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	ホキの香草焼き	いわしのたつた揚げ	塩肉じゃが	キーマカレー	かじきのつけ焼き	グリーンサラダ	とり肉とじゃがいものケチャップあえ	切り干し大根のサラダ	凍り豆腐のスライス揚げ	わかめサラダ	ミートローフ	肉団子の酢豚	
	いくらでもスープ	せんべい汁	ごま入りおひたし	もやしのサラダ	しょうがあえ		白菜スープ			ゼリー	ABCスープ	春雨スープ	
					だんご汁						ジャム		
材料名	米	米(委託炊飯)	米	食パン	米(委託炊飯)	米	ぶどうパン	米	スパゲッティ	米	食パン	米(委託炊飯)	
	麦		麦			麦		麦	塩	麦			
	ホールコーン	牛乳	油	牛乳	牛乳	油	牛乳	油	サラダ油	油	牛乳	牛乳	
	濃縮スープ(チキン)		酒			人参		酒	豚ひき肉	酒			
	塩	いわし	水	豚ひき肉	かじき	酒	鶏肉	水	人参	水	豚ひき肉	肉団子	
	オリーブ油	しょうゆ		大豆ミート	さとう	水	塩	豚肉	玉ねぎ	豚肉	玉ねぎ	じゃがいも	
	酒	しょうが	牛乳	人参	しょうゆ	鶏肉	こしょう	うずら卵水煮	キャベツ	人参	卵	油	
	水	酒		玉ねぎ	赤みそ	玉ねぎ	片栗粉	しょうが	油	じゃがいも	パン粉	人参	
		片栗粉	豚肉	キャベツ	酒	マッシュルーム	じゃがいも	油	グリンピース	玉ねぎ	調理用牛乳	塩	玉ねぎ
	牛乳	油	人参	じゃがいも	油	油	油	ごま油	トマトケチャップ	にんにく	塩	ピーマン	
		せんべい	玉ねぎ	ダイストマト	油	油	油	黒ごとう	トマトピューレ	しょうが	こしょう	油	
	ホキ	いわし	じゃがいも	にんにく	キャベツ	バター	油	しょうゆ	中濃ソース	しょうゆ	ナツメグ	トマトケチャップ	
	塩	鶏肉	油	しょうが	もやし	小麦粉	トマトケチャップ	酢	さとう	油	ホールコーン	さとう	
	こしょう	冷凍油揚げ	グリンピース	油	しょうが	調理用牛乳	中濃ソース	オイスターソース	塩	小麦粉	グリンピース	塩	
	乾燥バジル	人参	濃縮スープ(ポーク)	グリンピース	しょうゆ	脱脂粉乳	さとう	酒	こしょう	カレー粉	トマトケチャップ	酢	
	乾燥パセリ	大根	みりん	カレー粉		濃縮スープ(チキン)		小松菜	こしょう	濃縮スープ(ポーク)	中濃ソース	しょうゆ	
	にんにく	えのき	塩	豚肉	濃縮スープ(ポーク)	塩	人参	人参	ベイリーフ	塩		片栗粉	
	白ワイン	長ねぎ	こしょう	赤ワイン	赤ワイン	こしょう	玉ねぎ	牛乳	水	トマトケチャップ	アルファベットマカロニ	水	
	オリーブ油	小松菜		ウスターソース	ウスターソース	長ねぎ	白菜		粉チーズ	ウスターソース	鶏肉		
		かつお節	キャベツ	ナツメグ	冷凍油揚げ	生クリーム	ベーコン	切り干し大根	米粉	しょうゆ	人参	緑豆春雨	
	豚肉	塩	人参	塩	干し椎茸	粉チーズ	濃縮スープ(ポーク)	人参	水	ベイリーフ	玉ねぎ	鶏肉	
	じゃがいも	しょうゆ	小松菜	米粉	こんにゃく	乾燥パセリ	塩	もやし	水	水	じゃがいも	人参	
	玉ねぎ	みりん	しょうゆ	水	小松菜	白玉もち	こしょう	きゅうり	牛乳	牛乳	キャベツ	玉ねぎ	
	人参	水	白ごま		白玉もち	牛乳	しょうゆ	酢	牛乳	牛乳	塩	ほうれん草	
	キャベツ			もやし	かつお節		水	しょうゆ	凍り豆腐		こしょう	濃縮スープ(チキン)	
	小松菜			きゅうり	塩	キャベツ		さとう	片栗粉	わかめ	濃縮スープ(チキン)	塩	
	バター			ホールコーン	しょうゆ	きゅうり	みかん	サラダ油	油	キャベツ	水	しょうゆ	
	濃縮スープ(ポーク)			しょうゆ	水	小松菜		ごま油	塩	人参		水	
	調理用牛乳			酢		塩		一味とうがらし	こしょう	しょうゆ	りんごジャム		
	塩			さとう		酢			こしょう	パブリカ			
	こしょう			サラダ油		こしょう			カレー粉	カレー粉			
	水			白ごま		からし粉			チリパウダー	りんごゼリー(鉄)			
					サラダ油								
エネルギー	580kcal	609kcal	578kcal	583kcal	620kcal	601kcal	636kcal	632kcal	658kcal	690kcal	642kcal	632kcal	
たんぱく質	28.7g	24.6g	23.4g	30.5g	31.2g	22.6g	26.8g	28.9g	31.9g	22.7g	34.4g	22.7g	

