令和6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。

Α	3 (火)	5 (木)	6 (金)	2 (月)	4 (水)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	9 (月)	10 (火)	18 (水)	19 (木)	
В	4 (7k)	6 (金)	2 (月)	3 (火)	5 (木)	12 (木)	13 (金)	9 (月)	10 (火)	11 (水)	17 (火)	18 (水)	
С	5 (木)	2 (月)			6 (金)	13 (金)	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	17 (火)	16 (月)	
D	2 (月)	3 (火)	4 (<i>7</i> k)	5 (木) 6 (金)		9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	16 (月)	17 (火)	
Е	3 (火)	4 (7k)	5 (木)	2 (月)	6 (金)	10 (火)	11 (7k)	12 (木)	13 (金)	9 (月)	18 (7K)	20 (金)	
	コーンピラフ	ごはん	食パン	麦ごはん	ミートボールスパゲッティ	麦ごはん	ぶどうパン	中華丼	黒パン	ツナそぼろごはん	チキンクリームライス	ごはん	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	発酵乳	牛乳	
献	チキンソテー	しいらと凍り豆腐の揚げ煮	キーマカレー	豚肉のみそ炒め	もやしのサラダ	とり肉と生揚げのチリソース炒め	マカロニグラタン	ビーフンスープ	はやし煮	塩だれキャベツ	ほうれん草のサラダ	あじのたつた揚げ	
立名	いくらでもスープ	みそワンタン	大根サラダ	ナムル	0 (0 ()))	切り干し大根のサラダ	野菜サラダ	くだもの	マヨネーズサラダ	-m/C-10 (()	10.011.01.00	八宝みそ汁	
4		1, (1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1	711277	,			2/2/4777		ヨーグルト				
	米 62	米(委託炊飯) 80	食パン 60	米 70	スパゲッティ 60	米 70	ぶどうパン 50	米(委託炊飯) 80	黒パン 50	米 70	米 70	米(委託炊飯) 80	
	麦 8			麦 10	塩 1.2			豚肉 40		麦 10	麦 10		
	ホールコーン 15	牛乳 206	牛乳 206	油 0.3	サラダ油 3	油 0.3	牛乳 206	人参 8	牛乳 206	油 0.3	油 0.3	牛乳 206	
	濃縮スープ(チキン) 4	1.12	1,11	酒 1	豚ひき肉 25			白菜 50		酒 1	人参 12	,	
	塩 0.75	しいら 40	豚ひき肉 55	水	大豆ミート 2.5	水	鶏肉 35	長ねぎ 5	豚肉 40	水	酒 1	あじ 35	
	油 1.5	しょうゆ 0.7	人参 15		人参 10		マカロニ 20	干し椎茸 0.8	人参 12	ツナ 55	水	しょうゆ 1.7	
	酒 0.8	しょうが 0.5	玉ねぎ 45	牛乳 206	玉ねぎ 50	牛乳 206	塩 0.4	しょうが 0.5	玉ねぎ 40	凍り豆腐 4	鶏肉 40	しょうが 0.5	
	水	酒 0.5	キャベツ 20		油 1		人参 10		じゃがいも 70	人参 15	玉ねぎ 50	酒 0.8	
	1	片栗粉 7	じゃがいも 18	豚肉 62	肉団子 30	鶏肉 30	玉ねぎ 40	油 1	油 1	しょうが 0.7	油 0.5	片栗粉 9	
	牛乳 206	凍り豆腐 5	ダイストマト 10	玉ねぎ 40	グリンピース 3	塩 0.2	油 0.7	うずら卵水煮 10	グリンピース 3	しょうゆ 3.9	油 3	油 35	
		片栗粉 6	にんにく 0.1	しょうが 0.5	トマトケチャップ 14	こしょう 0.02	油 2.5	塩 0.3	油 2	さとう 2.6	バター 1		
	鶏肉 70	油 35	しょうが 0.2	にんにく 0.1	トマトピューレ 14	しょうが 0.6	バター 1.5	しょうゆ 1.1	小麦粉 3	酒 1.5	小麦粉 4	大根 25	
	塩 0.5	長ねぎ 5	油 0.7	油 1	中濃ソース 8	にんにく 0.6	小麦粉 4	さとう 0.18	濃縮スープ(ポーク) 3	みりん 0.8	調理用牛乳 30	人参 15	
	こしょう 0.03	油 0.1	グリンピース 3	トック 15	さとう 1	玉ねぎ 35	調理用牛乳 30	オイスターソース 1.4	トマトケチャップ 12		脱脂粉乳 5	えのき 5	
	ナツメグ 0.03	しょうゆ 3.5	油 2	酒 1.2	塩 0.3	油 1	脱脂粉乳 5	濃縮スープ(ポーク) 1.4	中濃ソース 3.5	牛乳 206	濃縮スープ(チキン) 2	ごぼう 5	
	にんにく 0.03	さとう 2.3	小麦粉 2.5	さとう 3	こしょう 0.03	冷凍生揚げ 40	濃縮スープ(チキン) 2	片栗粉 2.3	さとう 0.5		塩 0.9	冷凍豆腐 10	
	白ワイン 1	みりん 1	カレ一粉 0.6	赤みそ 4.2	ナツメグ 0.01	トマトケチャップ 13	塩 0.75	水	塩 0.75	キャベツ 50	こしょう 0.04	冷凍油揚げ 8	
		水 3.5	濃縮スープ(ポーク) 1	しょうゆ 1.8	ローリエ 0.02	中濃ソース 3.8	こしょう 0.04		こしょう 0.03	小松菜 15	水 40	もやし 10	
	豚肉 15	白ごま 1.6	赤ワイン 1	豆板醤 0.12	水 60	さとう 2.8	水 40	牛乳 206	ナツメグ 0.01	にんにく 0.6	生クリーム 1.5	小松菜 15	
	じゃがいも 40		トマトケチャップ 2	片栗粉 0.4	米粉 6	豆板醤 0.16	とろけるチーズ 10		赤ワイン 1	ごま油 1	粉チーズ 1.5	かつお節 1.5	
	玉ねぎ 20	ウェーブワンタン 7	中濃ソース 4	水 1.2	水	片栗粉 1.3	パン粉 1	ビーフン 8	ローリエ 0.01	塩 0.28		赤みそ 5	
材	人参 10	豚肉 15	ナツメグ 0.01			水		鶏肉 10	水 60	こしょう 0.01	発酵乳 133.4	白みそ 5	
料	キャベツ 30	人参 10	塩 0.7	もやし 40	牛乳 206		キャベツ 45	人参 5		白ごま 1		水 120	
名	小松菜 8	キャベツ 20		人参 10		切り干し大根 3.5	人参 5	玉ねぎ 10	キャベツ 45		ほうれん草 25		
	バター 1	もやし 25	大根 45	小松菜 20	もやし 50	人参 8	ホールコーン 5	小松菜 10	人参 5		キャベツ 20		
	濃縮スープ(ポーク) 8	小松菜 10	ホールコーン 10	しょうゆ 2.5	ホールコーン 10	もやし 20	塩 0.27	濃縮スープ(チキン) 5	ホールコーン 5		ホールコーン 20		
	調理用牛乳 40	にんにく 0.2	酢 2.5	ごま油 0.5	しょうゆ 2.6	小松菜 10	酢 1.4	塩 1	さとう 0.2		しょうゆ 1.4		
	塩 0.75	しょうが 0.2	しょうゆ 2	白ごま 1	酢 1.8	酢 1.8	こしょう 0.01	こしょう 0.03	塩 0.22		塩 0.13		
	こしょう 0.04	油 0.5	さとう 1		さとう 0.2	しょうゆ 2.7	サラダ油 2.8	水 130	酢 0.9		酢 0.7		
	水 70	濃縮スープ(ポーク) 5	サラダ油 1		サラダ油 1.4	さとう 0.8			こしょう 0.01		ごま油 0.7		
		しょうゆ 1.5	白ごま 1.2		白ごま 1	サラダ油 1		みかん 100	サラダ油 1				
		酒 1				ごま油 1			卵ぬきマヨネーズ 3.7				
		赤みそ 7											
		水 120							ヨーグルト(鉄) 80				
		ごま油 0.5											
エネルギー	605kcal	657kcal	593kcal	615kcal	590kcal	605kcal	680kcal	611kcal	656kcal	617kcal	565kcal	564kcal	
たんぱく質	27.5g	25.6g	25.9g	24.1g	24.8g	21.1g	27.7g	22.0g	24.7g	21.5g	20.9g	20.6g	

Α	20 (金)		16 (月)		17 (火)		23 (月)		24 (火)	Т	25 (水)									
В	20 (金)		16 (月)		19 (木)		23 (月)		24 (火)	\top	25 (水)									
С	20 (金)		19 (木)		18 (水)		23 (月)		24 (火)	+	25 (水)									
D				+	20 (金)	-+	23 (月)	-		+						-				
	18 (水)		19 (木)						24 (火)	+	25 (水)									
Е	19 (木)		17 (火)	$ \vdash$	16 (月)	+	23 (月)	+	24 (火)	\dashv	25 (水)	-	1				_	<u> </u>	 	
1 1	麦ごはん		至うどん	_	チーズパン		こぎつねずし		麦ごはん	_	チキンカレー				\perp					
献	牛乳	牛乳			牛乳		牛乳		牛乳	_	牛乳									
立	豚肉と大根のべっこう	煮しとり	肉の甘酢だれ		ミートローフ		とり肉の塩こうじ炒	焼き	生揚げと野菜のそぼろ	煮	わかめサラダ									
名	いそあえ	タル	ト		ABCスープ		ごまあえ		みそドレッシングサラ	ラダ										
-	味付けおかか																			
										\neg										
	米	70 T L	うどん	40	チーズパン	50	米	65	*	70	米 70			İ						
		10 豚		15			麦	5		10	麦 10									
1 1		.3 人才		5	牛乳	206	_	0.8		0.3	油 0.3									
1 1	酒	1 大村		15	1 70		水	0.0	酒	1	酒 1				_					
1 1	水		<u> </u>	30	豚ひき肉	60		1.8	水	-+	水				_					
	\n\	油	ふりゃ	1	玉ねぎ	15		0.7	\mathrew \(\)	+	<u> </u>				+		+		+	
	4回 0		。 ギ			10		0.7	井 四						-		\dashv		++	
	牛乳 20			2	卵	8	酢	٥	牛乳 2	206	人参 15		\vdash		-		_		\vdash	
	n z 1 -	小林		15	パン粉	5	人参	_/	A + / 10 - ^		じゃがいも 40	_			-		\perp		\vdash	
				1.8	調理用牛乳	10		15		50	玉ねぎ 50				-		_		$\sqcup \bot$	
	大根 10			1	塩	0.4	さとう	3	さとう	2	にんにく 0.2		\vdash		\dashv		_		$\sqcup \bot$	
1 '	しょうゆ	6 塩		0.5	こしょう	0.03		3.5	しょうゆ	3	しょうが 0.5				\bot		_		$\sqcup \bot$	
	さとう		うゆ	6	ナツメグ	0.01	かつお節	1		30	油 1				\perp					
	酒	3 片9	栗粉	3.5	ホールコーン	7	水	20		15	油 6									
	みりん	1 水		130	グリンピース	3			玉ねぎ	35	小麦粉 6									
	水				トマトケチャップ	4	牛乳 :	206	じゃがいも	60	カレ一粉 1						T			
		牛乳	L	206	中濃ソース	2.5		\top	油	1.2	濃縮スープ(チキン) 2						\Box			
	キャベツ	45					鶏肉	70	グリンピース	3	塩 0.75			İ		1	\neg			
		20 鶏豚	ಠ	60	アルファベットマカロニ	6	塩こうじ	5		3.5	トマトケチャップ 2						\neg			
	しょうゆ 2			0.1	鶏肉	15			しょうゆ	5	ウスターソース 2.5						\dashv			
		.5 EL		0.03	人参	10	キャベツ	48	1	\top	しょうゆ 1.6				\neg	+	\dashv			
		片 片		8	玉ねぎ	20	人参	5	キャベツ	35	ローリエ 0.02			+	-	+	\dashv			
₊₊	味付けおかか	4 油	K-1/3	35	じゃがいも	25		10	1.	15	水 80				+		_			
材料料	PAL111,0212.12	す <u>温</u> さと	· À	1.8	キャベツ	15	_	2.7		10	7,7 00				-					
名				3.6	塩	0.9		_		_	牛乳 206				_	-				
-				_				2.1		3.1	十孔 200				_					
1 1		酢		1.8		0.03	しょうゆ	2.7		1.7	4-4-4									
1 1		水		10	濃縮スープ(チキン)			_	サラダ油	- 1	わかめ 1				_					
		<u> </u>			水	130		+		1.7	キャベツ 45	_	\vdash		+		+		\vdash	
		りん	ごのタルト(鉄)	35				+		0.3	人参 5	_			-		\perp		\vdash	
		\bot							白ごま	1.6	しょうゆ 3				\perp		_		$\sqcup \bot$	
		\bot		\perp		\perp		\perp			サラダ油 2				\perp		_		$\sqcup \bot$	
1 l										_	1				\perp					
								丄							\perp					
								\perp												
				T						T							T			
								\neg		\neg										
		1						\top		\top	1				\neg		\dashv			
				\neg				\neg		\dashv					\neg	-	\dashv		t	
1 1				-		-+		\top		\dashv	 	\dashv		-	-	+	\dashv		+	
1 1		++		+		+		+		\dashv	+ +				-		\dashv		+	
				-+		-+		+		\dashv	+ +		 		-		\dashv		++	
		+		+	+	+	+	+	+	+	+ +				-		+		+	
		+		+				+	1	+	+ +		\vdash		-		\perp		++	
		+		+		+		+	1	+	+	-			-		+		+	
		+						+		+		_	\vdash		-		\dashv		\vdash	
\vdash			2041	\dashv		\perp		+	1	\dashv	1 245: :								\vdash	
エネルギー	566kcal		604kcal		605kcal		616kcal	\bot	667kcal	_	648kcal								<u> </u>	
たんぱく質	23.8g		24.4g		31.9g		27.1g		23.9g		21.4g								<u> </u>	