

平成29年 12月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。
※アレルギー詳細献立表もあわせてご覧ください。

(行事や本日の給食のテーマ)

	欠食等を表示します
食品	体内でははたら
赤の	血や肉、骨をつく
黄の	働く力や体温とな
緑の	体の調子を整え

カミカミ献立

西原町学校給食共同調理場
電話番号 945-4935

〈給食目標〉 きれいに手を洗おう
〈栄養目標〉 寒さに負けない食事をしよう
※カミカミ献立…噛み応えのあるメニューが入っています
よく噛んで食べよう！

こんだて	<h2>クリスマス</h2> <p>-12月25日-</p> <p>12月25日はみんなが楽しみなクリスマスです！この日は本来キリストの誕生日を祝う日とされています。最近ではクリスマスグッズやイルミネーションがより華やかになり、年を重ねる毎にパワーアップしたクリスマスが体感できるようになりました。今年も、1年の労をねぎらいながら家族や友達と特別な1日をお過ごし下さい☆</p>				1(金)
あか					みかん
き					ごはん もやし うめあえ
みどり					だいこんと とりにくのうまに
こんだて	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)
あか	ちぐさやき	ミニフィッシュ	りんご	はるまき	さばてりやき
き	むぎごはん ぶたキムチ いため あさりのこんさいじる	あげパン はくさいといかの スタミナいため とうにゆうクリームスープ	むぎ ごはん もずくどん きのこのみそしる	むぎ ごはん ごぼう サラダ ごもくスープ	ごはん ふー イリチー けんちんじる
みどり	牛乳、あさり、削り節、ちぐさやき ぶたにく、にぼしだし	牛乳、脱脂粉乳、きなこ、とりにく、ツナ とうにゆう、ぶたにく、いか、ミニフィッシュ	牛乳、わかめ、豆腐、みそ、削り節、もずく ぶたにく、ぶたレバー、にぼしだし	牛乳、豆腐、大豆、トウモロコシ、はるまき、ツナ ひよこ豆、えんどう豆、レッドパピー	牛乳、豆腐、削り節、さば、卵、にぼしだし ツナ
あか	こめ、麦、ジャガイモ、大豆油、ササゲ、ごま ごまあぶら	パン、ササゲ、黒糖、大豆油、アーモンド、 ジャガイモ、麦	こめ、麦、ジャガイモ、ササゲ、でん粉、大豆油	こめ、麦、はるまき、でん粉、大豆油、ごま ササゲ	こめ、里芋、ごまあぶら、ササゲ、水あめ、 大豆油
みどり	エキ、ごぼう、コンニャク、だいこん、キャベツ、 キャベツ、トマト、はくさいキムチ	コンニャク、トマト、キャベツ、シシトピー、ブロッコリー、セロリ ハクサイ、にんにくの芽、ヤングコーン	大根、エキ、シシトピー、コンニャク、トマト、 ピーマン、枝豆、コーン	コンニャク、キャベツ、ササゲ、コマツナ、 シシトピー、ササゲ、ごぼう、キャベツ	ごぼう、だいこん、コンニャク、コンニャク、 キャベツ、ササゲ、キャベツ
こんだて	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
あか	ピザ	あかうおの シークワサーソース	やきぎょうざ	プルーン	アーモンド
き	トースト コロコロ まめサラダ ベジタブルスープ	むぎ ごはん にんじん シリシリ もずくと あさりのスープ	ごはん キャベツの アーモンドあえ マーボー豆腐	チキンの てりやき ごまみそ あえ	ぶたにく コロロク ひじきの あまずあえ
みどり	欠食：坂小、西小、東小	欠食：西中2年	欠食：西中2年	欠食：幼稚園、西中2年	欠食：西中2年
あか	牛乳、ぶたにく、ウインナー、チーズ とり肉、ひよこ豆、いんげん豆、レッドパピー	牛乳、モズク、あさり、ホウレンソウ、削り節、 トウモロコシ、赤魚、キャベツ、ツナ、トマト	牛乳、豆腐、ぶたにく、豚レバー、大豆 みそ、ツナ、餃子	牛乳、ぶたにく、ウインナー、キャベツ、 削り節、とりにく、ツナ、みそ	牛乳、ぶたにく、トマト、ウインナー、削り節 ひじき、チリメン
き	パン、ジャガイモ、ササゲ、でん粉、大豆油、ササゲ アーモンド	こめ、麦、でん粉、小麦粉、大豆油、ササゲ	こめ、ササゲ、大豆油、ごまあぶら、ササゲ アーモンド	米、麦、ごま、大豆油、ササゲ、水あめ	こむぎ、大豆油、ごま、ササゲ、ごまあぶら アーモンド
みどり	キャベツ、ピーマン、パプリカ、マッシュルーム、コンニャク セロリ、トマト、コーン、グリーンピース、キャベツ、枝豆、レーズン	大根、エキ、長ねぎ、シークワサー、コンニャク、 キャベツ	コンニャク、キャベツ、長ねぎ、ササゲ、 キャベツ、キャベツ	枝豆、コンニャク、ごぼう、長ねぎ、 ハクサイ	こまつな、キャベツ、コンニャク、 キャベツ、キャベツ
こんだて	18(月)	19(火) 食育の日	20(水)	21(木)	22(金) 冬至(とうじ)
あか	バナナ	ししゃもフリッター	かぼちゃ おさかな ひきにくフライ ふりかけ	タコライス	かぼちゃプリン
き	ごはん ぶたにくの しょうがいため わかめのみそしる	ごはん マーミナ チャンプルー	むぎ ごはん パンサンスー	ごはん ミート キャベツ チーズ	きびなごの カレーあげ
みどり	欠食：坂幼、南小、東中	とうにゆうとんじる	かきたまじる	ミネストローネ	はくさいの ゆずあえ
あか	牛乳、とりにく、豚レバー、わかめ、ウインナー みそ、削り節、ぶたにく	牛乳、ぶたにく、あぶらあげ、みそ、豆腐 とうにゆう、削り節、ししゃも	牛乳、トマト、豆腐、削り節、 かぼちゃフライ	牛乳、とりにく、大豆、トウモロコシ、 キャベツ	牛乳、ぶたにく、かまぼこ、ウインナー、 削り節
き	こめ、ジャガイモ、ササゲ、大豆油	こめ、里芋、ジャガイモ、コーン、 でん粉	こめ、麦、でん粉、大豆油、はるまき、 ごま	こめ、ジャガイモ、大豆油、さとう	米、麦、田芋、大豆油、コーン、 でん粉、ササゲ
みどり	大根、コンニャク、コンニャク、こまつな、 長ねぎ	だいこん、ごぼう、コンニャク、 コンニャク	キャベツ、エキ、コーン、 さんとうさい、キャベツ	キャベツ、大根、コンニャク、 セロリ、トマト	コンニャク、ササゲ、ササゲ、 ハクサイ、キャベツ、 キャベツ
こんだて	25(月)	<h2>年末年始の行事食</h2> <p>子どもたちの楽しみにしている冬休みが始まります。1年の節目を迎えるこの休みには、日本に古くから伝わる食文化にふれたり、親戚など久しぶりに会う人たちと食事をしたりする機会もあること でしょう。子どもといっしょに料理を作ったり、普 段とは違うゆったりとした雰囲気での食事を楽し んだりできるのもいいですね。 洋風料理が好まれる昨今ですが、年越しそばや おせち料理、お雑煮など、日本に伝わる年末年始 の行事食は、時代が変わっても子どもたちに伝え ていきたいものだと思います。</p>			<p>○● りんごの豆知識 ●○</p> <p>今が旬のりんごはバラの花の仲間です。いちご、もも、さくらんぼなど他にもバラの仲間はたくさんありますが、中でもりんごは「りんごが赤くなると医者が青くなる」ということわざがあるほど、その栄養は素晴らしいといわれています。バナナと一緒に置くとバナナが早く熟してしまうので注意してくださいね。</p>
あか	ツリー ハンバーグ クリスマス ケーキ				
き	ごはん ハヤシライス コールスロー サラダ				
みどり	牛乳、ぎょうに、トウモロコシ、 トウモロコシ				
あか	こめ、コーン、マーガリン、大豆油、さとう コールスローサラダ、クリスマスケーキ				
みどり	キャベツ、コンニャク、マッシュルーム、セロリ、 トマト				

☆学校給食費は、毎月10日までに納めましょう。給食費の納入はお済ですか？給食費の完納にご協力ください。