

12月予定献立表



2023年12月

幕別町幕別学校給食センター

	月	火	水	木	金
	<p>12月15日（金）は、一足先にクリスマス献立です。 今年はどんなデザートが登場するのか、みなさんで想像しながら待っていてください。 星の形をしたコロックにも注目してね♪</p>				<p>【1日】 牛乳 ミルクパン ポトフ マカロニのトマトクリーム煮 オレンジゼリー和え</p>
主食					ミルクパン
汁物					豚ウィンナー ジャがいも 人参 キャベツ
主菜					マカロニ 豚ベーコン 玉ねぎ トマト
副菜					オレンジゼリー みかん缶詰 ナタデココ
	<p>【4日】 牛乳 ごはん けんちん汁 いわしのみそ煮 もやしの和風炒め</p>	<p>【5日】 牛乳 かき揚げうどん (うどん) 野菜かき揚げ プリン</p>	<p>【6日】 牛乳 まめなカレーライス (麦入りごはん) グリーンサラダ</p>	<p>【7日】 牛乳 中華丼 (ごはん) みそワタンスープ 春巻</p>	<p>【8日】 牛乳 ブランパン ホワイトシチュー ハッシュポテト ウィンナーのケチャップ炒め</p>
主食	ごはん	うどん	ごはん 大麦	ごはん	ブランパン
汁物	鶏肉 豆腐 ごぼう 大根 長ねぎ	鶏肉 玉ねぎ 人参 白菜	鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 大豆 白いんげん豆	ワタンスープ チンゲン菜 えのき草 ラード にんにく 生姜 ごま 唐辛子	鶏肉 玉ねぎ 人参 ジャがいも
主菜	いわし	玉ねぎ 人参 ごぼう しゆんぎく 小麦粉 大豆	レタス 枝豆 きゅうり	豚肉 玉ねぎ 人参 白菜 揚げのこ 椎茸 生姜 にんにく ごま油	じゃがいも 玉ねぎ 大豆油
副菜	さつま揚げ もやし 枝豆 人参	豆乳		キャベツ 玉ねぎ 人参 豚肉 春雨 長ねぎ ひじき 生姜 小麦粉 ごま油	豚ウィンナー コーン 枝豆 トマト
	<p>【11日】 牛乳 ごはん かぼちゃ団子汁 豚肉の生姜炒め 白菜の塩サラダ</p>	<p>【12日】 牛乳 和風ソース焼きそば フルーツ白玉</p>	<p>【13日】 牛乳 青菜ごはん みそ汁 ジャがいものごま煮 ちくわのおかか和え</p>	<p>【14日】 牛乳 ごはん 根菜汁 ほっけの和風フライ 大豆のいそ煮</p>	<p>【15日】 牛乳 コッペパン ミネストローネ 星のコロック コーンサラダ お楽しみデザート</p>
主食	ごはん		ごはん 青菜	ごはん	コッペパン
汁物	かぼちゃもち 油揚げ 大根	焼きそば 豚肉 人参 もやし キャベツ 生姜 唐辛子 かつお節	豆腐 えのき草 長ねぎ	ごぼう 人参 大根	マカロニ 豚ベーコン 玉ねぎ トマト
主菜	豚肉 玉ねぎ 人参 ごんにゃく 生姜 ごま		豚肉 ジャがいも 玉ねぎ 人参 いんげん豆	ほっけ パン粉 小麦粉	じゃがいも 玉ねぎ 鶏肉 豚肉 ラード 小麦粉 パン粉
副菜	白菜 コーン	白玉だんご 黄桃缶詰 バイン缶詰 みかん缶詰	もやし 小松菜 ちくわ かつお節	鶏肉 さつま揚げ 大豆 ひじき	コーン キャベツ 豆乳 米粉 ココア
	<p>【18日】 牛乳 ごはん みそ汁 からあげ(ひとり2こ) 変わりきんぴら</p>	<p>【19日】 牛乳 とんこつラーメン (ラーメン) 揚げいもち</p>	<p>【20日】 牛乳 チキンハヤシライス (麦入りごはん) コールスローサラダ</p>	<p>【21日】 牛乳 ごはん みそ汁 鶏じゃが きゅうり昆布</p>	<p>【22日】 牛乳 卵パン パンプキンポタージュ チキンポテト 冬至ゼリー和え</p>
主食	ごはん	ラーメン	ごはん 大麦	ごはん	卵パン
汁物	大根 えのき草 わかめ	豚ひき肉 人参 玉ねぎ 白菜 もやし ラード にんにく	鶏肉 ジャがいも 人参 玉ねぎ マッシュルーム 白いんげん豆 トマト にんにく	油揚げ わかめ しめじ	かぼちゃ 玉ねぎ 豚ベーコン 白いんげん豆 コーン ジャがいも
主菜	鶏肉 小麦粉 大豆油		鶏肉 ジャがいも 人参 玉ねぎ 人参 いんげん豆	鶏肉 ジャがいも 玉ねぎ 人参 いんげん豆	豚肉 ジャがいも 人参 キャベツ パター
副菜	豚肉 人参 ごぼう 枝豆 さつま揚げ	いもち	キャベツ コーン きゅうり ポークハム	きゅうり 昆布	ゆずゼリー ナタデココ

☆・★ 12月22日（金）は、「冬至（とうじ）」です ☆・★

冬至とは、1年間を通して最も日の入りから日の出までの日照時間が短く、夜が長い日のことをいいます。

昔の日本では、冬至の日にかぼちゃを食べ、ゆず湯に入る習慣がありました。

また、「運盛り」といって、名前のおわりに「ん」のつく食べ物を食べると縁起がよいとされています。

とくに名前の中に「ん」が2回出てくる食べ物は、運を呼び込むといわれています。

かぼちゃは別名「なんきん」といい、英語では「パンプキン」といいます。運を呼び込む強力アイテムですね。

★・☆・★・☆・★・☆・★・☆・★・☆・★

冬至ゼリー和えには
 ゆず味のゼリーを使っています。
 ゆずの味と香りを学ぼう♪



主食：穀類を中心にした献立 主菜：肉・魚・卵・豆のメインのおかず 副菜：野菜のおかずや果物、デザート
 汁物：みそ汁やスープなどの献立 飲み物：牛乳やオレンジジュースなど

※材料の都合で、献立の一部を変更する場合があります。

※献立に含まれるアレルギーの詳細については、学校より配布される「アレルギーを使用した献立表」をご確認ください。必要な場合は学校にお問い合わせください。