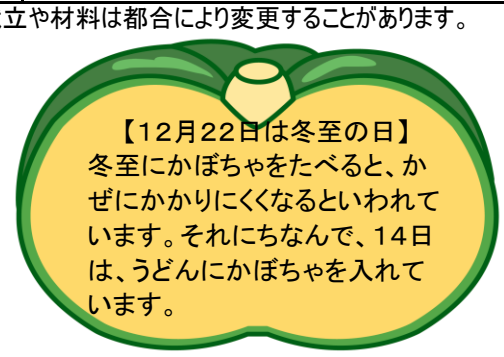
学校給食こんだて表

令和5年12月　　（小学校）　　**小竹町学校給食共同調理場**

日付 曜日	献立名 ●＝主食　○＝おかずなど	牛乳	使われている食品と体内での主な働き 主に体をつくるもとになる あか		主に体の調子を整えるもとになる みどり		主にエネルギーのもとになる き		エネルギー (kcal)
1 (金)	●むぎごはん ○ぶたにくとやさいのみそに ○なっとう ○わかめときゅうりのすのもの	☆	ぶたにく てんぷら みそ なっとう かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん いんげん	こんにゃく キャベツ きゅうり	こめ むぎ きょうかまい じゃがいも さとう	あぶら	638
4 (月)	●むぎごはん ○ホキのピリからソースがけ ○おかかあえ ○とうにゅうみそしる	☆	ホキフライ かつおぶし とうふ みそ あぶらあげ とうにゅう	ぎゅうにゅう わかめ	ほうれんそう にんじん ねぎ	たまねぎ にんにく キャベツ	こめ むぎ きょうかまい さとう じゃがいも	あぶら	613
5 (火)	●こくとうパン ○ほうれんそういりナポリタン ○ツナ・ビーンズサラダ	☆	ウインナー ツナ だいず	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ほうれんそう トマト あかピーマン	たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり	パン スパゲティー	あぶら ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖ	599
6 (水)	●ごはん ○マーボーあつあげだいこん ○ポークしゅうまい ○はるさめのちゅうかサラダ	☆	ぶたにく みそ ハム あつあげ しゅうまい	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが にんにく だいこん たまねぎ しいたけ キャベツ もやし コーン	でんぷん きょうかまい さとう こめ はるさめ	ごまあぶら	617
7 (木)	●ライむぎコッペパン ○カレリアンシチュー ○にくだんごのトマトソース ○マッシュポテト	☆	ぶたにく レンズまめ にくだんご ベーコン	ぎゅうにゅう クリーム	にんじん	たまねぎ キャベツ	パン じゃがいも	バター	595
8 (金)	●むぎごはん ○やきとりどん ○ごもくやさいいため ○みかん	☆	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん にら	しょうが しろねぎ たまねぎ キャベツ きくらげ みかん	こめ むぎ きょうかまい さとう でんぷん マロニー	ごまあぶら	616
11 (月)	●ごはん ○いわしのしょうがに ○ようふうきんぴら ○ぶたじる	☆	いわし ベーコン ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン ねぎ	だいこん ごぼう こんにゃく	こめ きょうかまい じゃがいも さとう さといも	あぶら バター	652
12 (火)	●ミルクねじりパン ○カブとマカロニのクリームに ○きりぼしだいこんのサラダ	☆	とりにく ﾐｯｸｽﾋﾞｰﾝｽﾞ とうにゅう	ぎゅうにゅう クリーム チーズ	にんじん ブロッコリー	かぶ たまねぎ しめじ きりぼしだいこん キャベツ	パン さとう マカロニ じゃがいも はくりきこ	バター あぶら すりごま	620
13 (水)	●むぎごはん ○もつなべふうじる ○ししゃもフライ ○しゅんぎくのツナあえ	☆	ぶたにく とうふ ししゃも ツナ	ぎゅうにゅう	にら しゅんぎく にんじん	もやし キャベツ にんにく	こめ むぎ きょうかまい はるさめ さとう	ごまあぶら あぶら	618
14 (木)	●ワンローフパン ○ピーナッツバター ○とうじうどん ○ちくわとやさいのマヨあえ	☆	とりにく あぶらあげ ちくわ	ぎゅうにゅう	かぼちゃ にんじん ねぎ こまつな	だいこん しいたけ キャベツ もやし コーン	パン うどん	ﾋﾟｰﾅｯﾂｸﾘｰﾑ ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖ	592
15 (金)	●むぎごはん ○ふゆやさいカレー ○チーズいりやさいサラダ	☆	ミンチ だいず とうにゅう ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ だいこん れんこん しょうが にんにく コーン グリンピース キャベツ きゅうり	こめ むぎ きょうかまい じゃがいも さとう	あぶら	657
18 (月)	●ごはん ○なかつからあげ ○かぼすずあえ ○とうふとしいたけのみそしる	☆	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう こんぶ わかめ	にんじん ねぎ	しょうが にんにく りんご キャベツ きゅうり かぼす だいこん たまねぎ しいたけ	こめ きょうかまい でんぷん さとう	ごまあぶら あぶら	628
19 (火)	●しょくパン ○チョコだいずクリーム ○ミートオムレツ ○いんげんとコーンのソテー ○ワンタンスープ	☆	オムレツ ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう	いんげん にんじん ねぎ	コーン たまねぎ えのき はくさい	パン ワンタン	チョコだいず バター あぶら ごまあぶら	601
20 (水)	●ガーリックライス ○もみのきハンバーグケチャップソース ○とりにくとやさいのスープ ○フライドポテト ○セレクトデザート	☆	ハンバーグ とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	トマト にんじん ほうれんそう	コーン にんにく たまねぎ	こめ さとう じゃがいも ケーキ ﾌﾙｰﾂｾﾞﾘｰ	あぶら バター	734

※献立や材料は都合により変更することがあります。



今月の給食について

- 7日（木）世界の料理【フィンランド】
- 14日（木）冬至献立　　・18日（月）郷土料理【大分県】
- 20日（水）セレクトデザート

【１２月２０日はセレクトデザートの日です！】
３つの中から選んで食べます。
＊いちごケーキ　　＊チョコケーキ
＊ミックスフルーツゼリー