



# 12月

# 学校給食献立表



平成28年度 水口学校給食センター TEL.62-0743 FAX.63-4250

日 曜	主 食	牛乳	献立名	主 な 使 用 材 料		
				血や肉になるもの(赤)	カや熱となるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)
1 木	ココアパン		ハンバーグ トマトのスープ カリフラワーのあまずに	牛乳 とり肉 ぶた肉 ベーコン	パン パン粉 さとう	たまねぎ にんじん しめじ マッシュルーム トマト パセリ カリフラワー
2 金	ごはん <small>ミルクメーク(コーヒー)</small>		ホッケのいちやほし すきやきふうに みかん	牛乳 ホッケ 牛肉 やきどうふ	米 サラダ油 ふ さとう	はくさい たまねぎ にんじん いとこんにやく 青ねぎ みかん
5 月	★鉄ちゃんの日 むぎごはん		とりとレバーのオーロラに ごくスープ ひじきとハムのサラダ	牛乳 とり肉 とりレバー ぶた肉 大豆 ひじき ハム	米 大麦 でんぶん 玄米 赤米 黒米 さとう さつまいも <small>ひまわり油 卵なしマヨネーズ サラダ油</small>	ひよこ豆 えんどう豆 レンズ豆 あずき キャベツ たまねぎ にんじん パセリ れんこん えだまめ
6 火	★カミカミ献立 コッペパン いちごジャム		プレーンオムレツ ポトフ <small>くきわかめのサタ イ別アト'レシシク'</small>	牛乳 たまご とり肉 くきわかめ	パン パン粉 小麦粉 じゃがいも	だいこん たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし こんにやく
7 水	★全国郷土料理(群馬県) ごはん		こんにやくのでんがく こしね汁 しみだいこんのにしめ さといもコロック	牛乳 みそ ぶた肉 赤みそ こんぶ こうやどうふ	米 さとう でんぶん	こんにやく 干しいたけ 青ねぎ れんこん にんじん ゆで干し大根 ごぼう ずいき
8 木	コッペパン		ほうれん草のこめこシチュー <small>はくさいのサタ わふうド'レシシク'</small>	牛乳 とり肉 かまぼこ	パン さといも パン粉 じゃがいも 小麦粉 米粉 ひまわり油	たまねぎ にんじん ほうれんそう はくさい きょうな
9 金	ごはん		はるまき マーボーだいこん ちゅうかあえ	牛乳 ぶたひき肉 赤みそ みそ	米 はるさめ 小麦粉 ひまわり油 さとう でんぶん ごま油	たけのこ にんじん たまねぎ キャベツ だいこん にんにく しょうが 干しいたけ もやし ヤングコーン
12 月	★カルちゃんの日 なめし		やきししゃも※ はくさいのみそしる おからに	牛乳 ししゃも みそ さつまあげ 油揚げ とり肉 おから	米 じゃがいも さつまいも さとう	広島菜 京菜 大根葉 はくさい たまねぎ にんじん 青ねぎ
13 火	ソフトめん		ポテトカップグラタン ミートソース こまつなとコーンのソテー	牛乳 チーズ ぶたひき肉	ソフトめん じゃがいも でんぶん マーガリン 小麦粉 さとう サラダ油	かぼちゃ たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリンピース こまつな とうもろこし
14 水	★ぶたキムチどんを作ろう ごはん		チヂミ ちゅうかスープ ぶたキムチどんのく	のむヨーグルト ぶた肉 なた	米 パン粉 小麦粉 さとう サラダ油	キャベツ たら たまねぎ もやし にんじん 青ねぎ 干しいたけ にんにく しょうが はくさい はくさいキムチ
15 木	★ファイバーくんの日 はつがげんまい ごはん		キャベツいりつくね こんさいのみそしる きざみこんぶのいために	牛乳 ぶた肉 とり肉 おから さつまあげ みそ こんぶ ちりめんじゃこ	米 発芽玄米 米パン粉 さとう さといも でんぶん	たまねぎ キャベツ ふき だいこん ごぼう 青ねぎ にんじん
16 金	ごはん		たこのナゲット※ カレー <small>ゆでブ'ロコリー 青じそド'レシシク'</small>	牛乳 いか たこ たらすりみ ぶた肉	米 小麦粉 ひまわり油 さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん にんにく しょうが ブロccoli
19 月	★ふるさと献立 くるかげごはん		わかさぎのかりんあげ おこうじる <small>キャベツとかんぴょうのすみそあえ</small>	牛乳 わかさぎ みそ	米 黒米 でんぶん ひまわり油 黒ざとう ごま さといも さとう	だいこん にんじん 青ねぎ キャベツ かんぴょう
20 火	★クリスマス献立 アップルパン		フライドチキン キラキラほしのスープ クリスマスデザート	牛乳 とり肉 ベーコン かまぼこ	パン 小麦粉 さとう ひまわり油 じゃがいも	りんご たまねぎ にんじん しめじ セロリー パセリ
21 水	★冬至献立 ごはん		さばのしおやき かぼちゃのみそしる ゆずだいこん	牛乳 さば とうふ みそ	米 さとう	かぼちゃ たまねぎ にんじん だいこん ゆず

\*使用食材などご質問があれば水口学校給食センターまでお問い合わせください。  
 \*材料の都合により献立の一部を変更することがあります。  
 \*月・水・金・15日は空弁当箱を持って登校しましょう。  
 \*麺製造工場では、小麦粉・そば粉・卵・乳を含む製品を製造しています。  
 \*パン製造工場では、卵などを含む製品を製造しています。(別紙参照)

おねがい  
給食の食材は、保護者の皆様からいただいております給食費のみ  
でまかなっております。お支払いいただかないと給食材料を買うこと  
ができません。必ずお支払いください。

## かぜにまけない体をつくろう!

手あらい・うがいをしっかり!

しっかりすいみんをとろう!

そとでげんきにあそぼう!

バランスのよい食事をしよう!

かんきをしよう!



放射能測定結果  
10月26日～11月25日までの測定結果は、全て**不検出**でした

## くろかげまい 黒影米

黒米からうまれたキャラク  
ター! にんじゃえもん

12月19日「ふるさとこんだて」の日は、甲賀ブ  
ランドである「黒影米」をしようしています。これ  
は、「くろしょうぞく」をまとった「にんじゃ」を  
イメージさせるネーミングの黒米です。地元のおい  
しい食材をあじわっていただきましょう。

