

# 12月学校給食予定献立表



12月のきゅうしょくもくひょう  
1・2年 たべものなまえをおぼえよう  
3・4年 はだ野の野菜を知ろう  
5・6年 地場産物の良さを知ろう  
給食回数 17回

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	
せいかいあげ ちゆうかふう たきこみがん	ぎゅうにゅう にらたまじる ウインナーサンド (ヨッペパン)	ぎゅうにゅう やさいふりかけ ぼうれんそうの ミルクスープ	ぎゅうにゅう じゃがいもの ひとくちあげ とうふの ごはん	ぎゅうにゅう ジャーマンポテト チョコだいすクリーム	
せいはくまい こめあぶら ごまあぶら でんぶん さとう さつまいも こむぎこ	コッペパン さとう ごむぎこ じゃがいも こめあぶら	せいはくまい こめあぶら ごまあぶら さとう でんぶん じゃがいも こむぎこ パンこ	コッペパン でんぶん ごむぎこ チョコだいすクリーム じゃがいも こめあぶら	せいはくまい むぎ こめあぶら ハヤシルウ さとう しろごま じゃがいも	
きゅうにゅう ぶたにく けいらん なると とうふ こんぶ だいす おから	ぎゅうにゅう ウインナー <sup>ムシキャベツ</sup> とりにく おから エバミルク	ぎゅうにゅう とうふ とりにく メルルーサ	きゅうにゅう とりにく ベーコン	きゅうにゅう ぶたにく エバミルク まほこ ヨーグルト	
にんじん たけのこ にら ほしいたけ たまねぎ こまつな	キャベツ ぼうれんそう にんじん たまねぎ	やさいふりかけ たけのこ にんじん たまねぎ キャベツ ほしいたけ こまつな グリンピース	たまねぎ はくさい にんじん えのき しらたき こまつな パセリ	にんじん たまねぎ こまつな トマトピューレ グリンピース しめじ コーン	
620kcal 21.6g 19.8g 2.3g	638kcal 26.5g 27.3g 2.4g	656kcal 24.6g 20.7g 1.9g	626kcal 24.2g 26.0g 2.2g	689kcal 23.9g 19.7g 2.4g	
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	
さばのみそに ごはん	ぎゅうにゅう カレー ピーフン ミルクパン	みかん メンチカツ とりなめし	ピーンズ ハンバーグ サンドパン	だいがく いも ぶたどん	
せいはくまい さといも こめあぶら さとう	ミルクパン じゃがいも ピーフン こめあぶら ごむぎこ	せいはくまい むぎ さといも さとう こめあぶら	サンドパン じゃがいも ごむぎこ こめあぶら パンこ さとう	せいはくまい むぎ こめあぶら さとう さつまいも でんぶん くろごま	
きゅうにゅう とうふ こんぶ さばみそ	ぎゅうにゅう とりにく おから	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ さつまあげ うずらのたまご こんぶ メンチカツ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ひよこまめ おから	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき あぶらあげ みそ	
にんじん ごぼう だいこん こまつな しょうが	はくさい にんじん たまねぎ コーン マッシュルーム こまつな キャベツ	だいこののはだいこん にんじん こんにゃく たまねぎ みかん	キャベツ にんじん たまねぎ セロリ こまつな	たまねぎ だいこん はくさい にんじん ながねぎ こまつな	
613kcal 25.2g 18.8g 2.0g	660kcal 23.9g 18.9g 2.7g	659kcal 26.1g 21.2g 2.5g	648kcal 28.5g 23.4g 2.5g	692kcal 23.4g 19.9g 2.3g	
15日(月)	16日(火)	17日(水) 年越し献立	18日(木)	19日(金) 食育の日	
デザート (ビビンバのぐ)	ぎゅうにゅう カレーふうみチキンカツ やあつきキャベツ きりほしだいこんの ごはん	ぎゅうにゅう (かきあげ) かきあげうどん (ソフトめん)	ぎゅうにゅう (ツナサラダ) ツナサンド (ワットフランシスパッドツナサラダ)	クリスマスデザート チャブチエ	
せいはくまい こめあぶら ごまあぶら さとう しろごま	せいはくまい ごむぎこ パンこ こめあぶら ごまあぶら しろごま さとう	ソフトめん さとう でんぶん さつまいも ごむぎこ こめあぶら	ソフトフランスパン こめあぶら マヨネーズ ほうとう さといも さとう	せいはくまい こめあぶら ごまあぶら でんぶん さとう はるさめ	
きゅうにゅう ぶたにく とりにく わかめ とうふ	ぎゅうにゅう とりにく おから こんぶ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ なると いか	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ とりにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく	
にんにく ながねぎ ほしいたけ にんじん こまつな もやし	キャベツ きりほしだいこん にんじん こまつな	にんじん ながねぎ たまねぎ ごぼう こまつな	たまねぎ にんじん バセリ かぼちゃ ごぼう ほしいたけ ながねぎ こまつな	19日は家族そろって食べようDAY	
623kcal 25.2g 17.0g 1.8g	680kcal 24.7g 25.3g 1.3g	684kcal 23.8g 20.8g 2.2g	674kcal 29.0g 26.3g 2.6g	624kcal 23.7g 16.4g 2.0g	
22日(月) 冬至献立	23日(火) クリスマス献立	冬至は、一年のうちで最も太陽が低い位置に来るため、昼が短く、夜が長くなります。昔は、太陽の力が最も弱くなる日とされ、この日を境に太陽が生まれ変わり、運が向いてくると考えられていました。ゆず湯で身を清め、邪気を払う小豆や「ん」のつく食べ物を食べて「運」を呼び込む風習があります。22日の給食は、かぼちゃの天ぷら、にんじんが入ったすきやき、はちみつゆずゼリーです。			
とうじデザート (かぼちゃの てんぷら)	ぎゅうにゅう フライドチキン ミネストローネ カレー ピラフ	はっこうにゅう カボチャの天ぷら すきやき ごはん	なんきん (かぼちゃ) にんじん れんこん かんてん ホールトマト きんかん ぎんなん うんどん (うどん)	「ん」のつく食べ物で「運」を呼び込もう!	
せいはくまい こめあぶら さとう でんぶん ごむぎこ きりほしだいこんの ごはん	せいはくまい こめあぶら マカロニ じゃがいも さとう ごむぎこ てんぶん	はっこうにゅう ぶたにく とりにく おから やきどうふ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン セロリ ホールトマト こまつな	12月10日(水)はかながわ産品学校給食デーです!(今年度4回目)	
680kcal 22.9g 21.1g 1.3g	622kcal 22.0g 14.7g 2.1g	622kcal 22.0g 14.7g 2.1g	地産地消を推進		

12月10日(水)はかながわ産品学校給食デーです!(今年度4回目)	ひづけ
とりなめし 鶏菜飯…秦野産 おでん…秦野産 メンチカツ…秦野産玉ねぎ入り ☆地産地消のよいところ☆ ・新鮮でおいしい。 ・生産者の顔が見えて安心できる。 ・輸送エネルギーが削減でき、環境に優しい。 ・地域が活性化する。	ぎゅうにゅう こんだて
はだのさん だいこん さといも たまねぎ にんじん れんこん かんてん ホールトマト きんかん ぎんなん うんどん (うどん)	炭水化物・脂質 おもにエネルギーのもとに なる食品
はだのさん さといも たまねぎ にんじん れんこん かんてん ホールトマト きんかん ぎんなん うんどん (うどん)	たんぱく質・無機質 おもにからだを作るもとに なる食品
かんきょう やさ うそ かんきょう やさ ちいき かわいい かんきょう やさ	ビタミン おもに体のちょうしを りとのえるもとにになる食品
かんきょう やさ うそ かんきょう やさ ちいき かわいい かんきょう やさ	1食平均エネルギー たんぱく質 脂質 塩分

地場産物を  
食べよう!

