

令和6年度 12月

献立表

中学校用

熊取町教育委員会

| 日・曜 | 2日(月) | 3日(火) | 4日(水) | 5日(木) | 6日(金) | 9日(月) | 10日(火) | 11日(水) | 12日(木) | 13日(金) |
|------------|---|--|---|--|--|--|---|--|---|--|
| 献立名 | ごはん 田舎味噌汁 五目豆 ツナそぼろ 牛乳 | 新メニュー コッペパン 冬野菜のスープ カボチャひき肉フライ 飲むヨーグルト(ココア) | 図書給食 カレーライス フルーツミックス 牛乳 | 小型パン 中華そば ナムル チョコクリーム 牛乳 | ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 ソテー 牛乳 | ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 牛乳 | チーズバーガー コーンスープ 牛乳 | ごはん 粕汁 鯖のソース煮 ふりかけ(のり) 牛乳 | 新メニュー・クリスマス献立(昼) コッペパン ポトフ 鶏肉の塩からあげ クリスマスデザート 牛乳 | (は) 菜めし 五目うどん きんぴらごぼう 飲むヨーグルト(アシドミルク) |
| 材料名および三色栄養 | 精白米 豚肉 白玉団子 玉ねぎ 人参 えのき茸 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 大豆 鶏肉 こんにやく 人参 ごぼう 砂糖 こい口醤油 けずりぶし だし汁 ツナ 土生姜 煎り胡麻 こい口醤油 みりん 砂糖 牛乳 | 黄 コッペパン 赤 ベーコン 緑 大根 黄 白菜 緑 人参 黄 さやいんげん 緑 うす口醤油 赤 塩 赤 ローレル 赤 鶏がら 赤 スープ 黄 かぼちゃひき肉フライ 黄 揚げ油 赤 飲むヨーグルト(ココア) | 黄 精白米 赤 豚肉 赤 じゃが芋 赤 玉ねぎ 赤 人参 黄 サラダ油 赤 豆乳 黄 カレールウ 黄 ウスターソース 黄 カレー粉 黄 塩 黄 胡椒 黄 水 黄 みかん缶 黄 バイン缶 黄 黄桃缶 黄 牛乳 | 黄 小型パン 赤 中華麺 赤 豚肉 赤 白菜 赤 人参 黄 筍 赤 青ねぎ 黄 うす口醤油 赤 塩 赤 胡椒 赤 鶏がら 赤 豚骨 赤 スープ 赤 ベーコン 赤 キャベツ 赤 人参 赤 ホールコーン 赤 サラダ油 赤 塩 赤 胡椒 赤 牛乳 赤 焼き豚 赤 緑豆もやし 赤 人参 赤 ニラ 赤 煎り胡麻 赤 サラダ油 赤 ごま油 赤 砂糖 赤 こい口醤油 赤 豆板醤 赤 チョコクリーム 赤 牛乳 | 黄 精白米 赤 豚肉 赤 棒天 赤 じゃが芋 赤 こんにやく 赤 玉ねぎ 赤 人参 赤 砂糖 赤 こい口醤油 赤 みりん 赤 けずりぶし 赤 だし汁 赤 ベーコン 赤 キャベツ 赤 人参 赤 ホールコーン 赤 サラダ油 赤 塩 赤 胡椒 赤 牛乳 | 黄 精白米 赤 鶏肉 赤 白菜 赤 人参 赤 もやし 赤 ニラ 赤 うす口醤油 赤 塩 赤 胡椒 赤 鶏がら 赤 豚骨 赤 スープ 赤 豆腐 赤 豚ミンチ 赤 人参 赤 青ねぎ 赤 土生姜 赤 にんにく 赤 赤味噌 赤 片栗粉 赤 サラダ油 赤 ごま油 赤 砂糖 赤 こい口醤油 赤 みりん 赤 豆板醤 赤 鶏がら 赤 豚骨 赤 スープ 赤 牛乳 | 黄 渦巻きカットパン 赤 鶏肉 赤 じゃが芋 赤 玉ねぎ 赤 ホールコーン 赤 人参 赤 うす口醤油 赤 塩 赤 胡椒 赤 鶏がら 赤 スープ 赤 ハンバーグ 赤 キャベツ 赤 サラダ油 赤 塩 赤 胡椒 赤 スライスチーズ 赤 1食ケチャップ 赤 牛乳 | 黄 精白米 赤 コッペパン 赤 ミニウインナー 赤 じゃが芋 赤 玉ねぎ 赤 キャベツ 赤 人参 赤 うす口醤油 赤 塩 赤 胡椒 赤 ローレル 赤 スープ 赤 鶏肉 赤 土生姜 赤 にんにく 赤 酒 赤 塩 赤 胡椒 赤 砂糖 赤 小麦粉 赤 片栗粉 赤 揚げ油 赤 クリスマスデザート 赤 牛乳 | 黄 精白米 赤 菜めしの素 赤 うどん 赤 鶏肉 赤 油揚げ 赤 白菜 赤 かまぼこ 赤 人参 赤 青ねぎ 赤 うす口醤油 赤 塩 赤 けずりぶし 赤 だし昆布 赤 だし汁 赤 豚肉 赤 ごぼう 赤 つきこんにやく 赤 人参 赤 サラダ油 赤 砂糖 赤 こい口醤油 赤 飲むヨーグルト(アシドミルク) | |
| 中学 | 730kcal 33.1g 16.9g | 756kcal 22.1g 24.6g | 772kcal 20.4g 18.3g | 649kcal 24.9g 27.7g | 688kcal 36.8g 17.5g | 643kcal 28.3g 18.3g | 762kcal 46.8g 31.1g | 752kcal 28.5g 25.7g | 821kcal 39.6g 27.4g | 632kcal 25.4g 8.9g |

赤:赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの 黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑:緑色の食品・・・体の調子をとのえるもの

★都合により、献立が一部変更になる場合があります。

★(は)のマーク献立は、噛み応えのある食材を使用しています。よく噛んで食べましょう。

★給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品標準成分表八訂」に基づき算出しています。



| | エネルギー(kcal) | たんぱく質(g) | 脂質(g) |
|---------|-------------|----------|-------|
| 基準栄養量 | 830 | 34.2 | 23.1 |
| 今月平均栄養量 | 717 | 31.2 | 21 |

令和6年度

12月 献立表

中学校用 熊取町教育委員会

| 日・曜 | 16日(月) | 17日(火) | 18日(水) |
|----------------|--|--|---|
| 献立名 | ごはん すまし汁 白身魚の蒲焼き風 牛乳 | ココアパン 鶏肉とコーンのスープ 焼きビーフン 牛乳 | ごはん ワンタンスープ 回鍋肉 飲むヨーグルト(ココア) |
| 材料名および 三色栄養 | 精白米 | 黄 ココアパン | 黄 精白米 |
| | 鶏肉 厚揚げ かまぼこ わかめ 玉ねぎ 人参 青ねぎ うす口醤油 塩 けずりぶし だし汁 | 赤 鶏肉 赤 卵 赤 玉ねぎ 赤 人参 緑 ホールコーン 緑 青ねぎ 緑 片栗粉 緑 うす口醤油 黄 塩 黄 鶏がら 黄 スープ | 赤 鶏肉 赤 白菜 赤 人参 赤 ニラ 赤 ワンタンの皮 赤 うす口醤油 赤 塩 赤 胡椒 赤 鶏がら 赤 豚骨 赤 スープ |
| | たち 小麦粉 片栗粉 揚げ油 砂糖 こい口醤油 みりん 水 牛乳 | 赤 豚肉 黄 ビーフン 黄 筍 黄 人参 黄 ニラ 黄 サラダ油 黄 ごま油 赤 うす口醤油 赤 塩 赤 胡椒 赤 牛乳 | 赤 豚肉 赤 キャベツ 赤 筍 赤 パプリカ 赤 さやいんげん 赤 土生姜 赤 にんにく 赤 サラダ油 赤 砂糖 赤 こい口醤油 赤 酒 赤 赤味噌 赤 豆板醤 赤 ごま油 |
| | | | 赤 飲むヨーグルト(ココア) |
| 中学 | エネルギー/たんぱく質/脂質 723kcal 35.7g 19.5g | エネルギー/たんぱく質/脂質 726kcal 38.3g 25.2g | エネルギー/たんぱく質/脂質 673kcal 25.3g 11.3g |

今月の図書給食 12月4日(水)


「きよだいなきよだいな」 長谷川 摂子作 福音館書店 「フルーツミックス」

あったとき、あったとき。広い野っばら、どまんなか、巨大なピアノがあったとき。
子どもが100人やってきて、ピアノの上で鬼ごっこ…。

広い野原のまん中に、巨大な電話、巨大なトイレトペーパー、巨大な泡だて器など、
巨大なものが出現し、子どもたちがそこで自由に遊びます。

電話は地獄につながったり、泡だて器は空に雲を湧きおこしたり、
奇想天外な出来事をまきおこします。

今日の給食はみんなの好きなフルーツミックス。
パイナップルやみかんに桃がいっぱい入ったフルーツの宝石箱！
食べれば甘あい幸せが、お口いっぱい広がるフルーツミックスを
100人分食べてみたいなあ。




赤:赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの 黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの