

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 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	黄	コッペパン	黄	精白米	黄	小型パン	黄	精白米	黄	精白米	黄	渦巻きカットパン	黄	精白米	黄	コッペパン	黄	精白米	黄										
	豚肉	赤	ベーコン	赤	豚肉	赤	中華麺	黄	豚肉	赤	鶏肉	赤	鶏肉	赤	豚肉	赤	ミニウインナー	赤	菜めしの素	赤										
	白玉団子	黄	大根	緑	じゃが芋	赤	豚肉	赤	棒天	赤	白菜	赤	じゃが芋	黄	油揚げ	赤	じゃが芋	赤	うどん	赤										
	玉ねぎ	黄	白菜	緑	玉ねぎ	赤	白菜	赤	玉ねぎ	赤	人参	赤	玉ねぎ	黄	里芋	赤	玉ねぎ	赤	鶏肉	赤										
	人参	赤	人参	赤	人参	赤	人参	赤	こんにやく	赤	もやし	赤	ホールコーン	赤	つきこんにやく	赤	キャベツ	赤	油揚げ	赤										
	えのき茸	緑	さやいんげん	緑	サラダ油	黄	筍	黄	玉ねぎ	赤	ニラ	赤	人参	赤	大根	赤	人参	赤	白菜	赤										
	青ねぎ	緑	うす口醤油	黄	豆乳	赤	青ねぎ	赤	人参	赤	うす口醤油	黄	うす口醤油	黄	人参	赤	うす口醤油	黄	かまぼこ	赤										
	赤味噌	赤	塩	黄	カレールウ	黄	うす口醤油	黄	砂糖	黄	塩	黄	塩	黄	青ねぎ	赤	塩	赤	人参	赤										
	白みそ	赤	胡椒	赤	ウスターソース	黄	塩	赤	こい口醤油	黄	胡椒	赤	胡椒	赤	赤味噌	赤	胡椒	赤	青ねぎ	赤										
	けずりぶし	赤	ローレル	赤	カレー粉	黄	胡椒	赤	みりん	赤	鶏がら	赤	鶏がら	赤	白みそ	赤	ローレル	赤	うす口醤油	赤										
だし汁	赤	鶏がら	赤	塩	黄	鶏がら	赤	けずりぶし	赤	スープ	赤	スープ	赤	酒粕	赤	スープ	赤	塩	赤											
大豆	赤	スープ	赤	胡椒	赤	スープ	赤	だし汁	赤	ハンバーグ	赤	ハンバーグ	赤	けずりぶし	赤	スープ	赤	けずりぶし	赤											
鶏肉	赤	揚げ油	黄	水	赤	ベーコン	赤	揚げ油	黄	キャベツ	赤	キャベツ	赤	だし汁	赤	鶏肉	赤	だし昆布	赤											
こんにやく	赤	飲むヨーグルト(ココア)	赤	みかん缶	緑	焼き豚	赤	豆腐	赤	人参	赤	サラダ油	黄	鯖	赤	土生姜	赤	だし汁	赤											
人参	赤		赤	パン缶	緑	緑豆もやし	赤	豚ミンチ	赤	ホールコーン	赤	塩	赤	土生姜	赤	にんにく	赤	豚肉	赤											
ごぼう	赤		赤	黄桃缶	赤	人参	赤	人参	赤	サラダ油	黄	胡椒	赤	砂糖	黄	酒	赤	ごぼう	赤											
砂糖	黄		赤	牛乳	赤	ニラ	赤	青ねぎ	赤	塩	黄	スライスチーズ	赤	こい口醤油	黄	塩	黄	つきこんにやく	赤											
こい口醤油	黄		赤		赤	煎り胡麻	黄	にんにく	赤	胡椒	赤	1食ケチャップ	赤	ウスターソース	黄	胡椒	赤	人参	赤											
けずりぶし	赤		赤		赤	サラダ油	黄	赤味噌	赤	牛乳	赤	牛乳	赤	酒	赤	砂糖	黄	サラダ油	黄											
だし汁	赤		赤		赤	ごま油	黄	片栗粉	赤		赤		赤	水	黄	小麦粉	黄	砂糖	黄											
ツナ	赤		赤		赤	砂糖	黄	サラダ油	黄		赤		赤	のりふりかけ	黄	片栗粉	黄	こい口醤油	黄											
土生姜	赤		赤		赤	こい口醤油	黄	ごま油	黄		赤		赤	牛乳	赤	揚げ油	黄		赤											
煎り胡麻	黄		赤		赤	豆板醤	黄	砂糖	黄		赤		赤		赤		黄		赤											
こい口醤油	黄		赤		赤	チョコクリーム	黄	こい口醤油	黄		赤		赤		赤		黄		赤											
みりん	黄		赤		赤	牛乳	赤	みりん	赤		赤		赤		赤		黄		赤											
砂糖	黄		赤		赤		赤	豆板醤	黄		赤		赤		赤		黄		赤											
牛乳	赤		赤		赤		赤	鶏がら	赤		赤		赤		赤		黄		赤											
								豚骨	赤		赤		赤		赤		黄		赤											
								スープ	赤		赤		赤		赤		黄		赤											
								牛乳	赤		赤		赤		赤		黄		赤											
エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質		エネルギー/たんぱく質/脂質											
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