

2020年度 12月 給食献立表



給食回数 全学年(17回)

会議用

日 曜	こ ん だ て	おもなざいりょう			調 味 料
		(赤) 血や肉になる	(黄) 熱や力になる	(緑) からだの調子を整える	
1 火	牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き 昆布の佃煮 白玉汁	ぎゅうにゅう こんぶ ぶたにく とりにく かつおぶし	ごはん さとう しらたまもち じゃがいも	キャベツ たまねぎ しょうが とうもろこし にんじん だいこん はくさい こまつな しろねぎ	さけ みりん しょうゆ
2 水	牛乳 アップルパン ポイルウインナー かぶのクリーム煮 かみかみサラダ	ぎゅうにゅう ウインナー だいす とりにく とうにゅう	パン ドライアップル さとう じゃがいも こむぎこ	きりぼしだいこん ごぼう きゅうり にんじん にんにく とうもろこし たまねぎ かぶ はくさい ブロッコリー しめじ	す しょうゆ ホワイトソースルウ こしょう コンソメ しお しろワイン
3 木	牛乳 ごはん シイラの竜田揚げ こまつなの煮びたし 豆腐のくず煮	ぎゅうにゅう シイラ とうふ とりにく かつおぶし	ごはん さとう でんぷん あぶら おさかなパスタ	しょうが こまつな もやし にんじん だいこん たまねぎ ねぎ きくらげ	しょうゆ みりん しお
4 金	牛乳 ごはん 蒸ししゅうまい マーボー大根 もやしのじゃこ和え	ぎゅうにゅう しゅうまい とうふ しらすまし みそ ぶたひきにく	ごはん ごまあぶら ごま さとう でんぷん	もやし ほうれんそう にんじん だいこん たまねぎ ねぎ ほししいたけ しょうが にんにく	す しょうゆ しお さけ
7 月	牛乳 小パン レーズンクリーム はなっこりーのツナサラダ お豆入りミートスパゲティ	ぎゅうにゅう だいす ぎゅうひきにく ツナ ぶたひきにく	パン スパゲティ レーズンクリーム ごま あぶら さとう	にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース はなっこりー だいこん とうもろこし	あかワイン しお こしょう しょうゆ トマトケチャップ す ウスターソース
8 火	牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白菜の和え物 けんちん汁	ぎゅうにゅう わかめ いわしのみぞれに とうふ あぶらあげ かつおぶし こんぶ	ごはん さとう さといも こんにゃく	はくさい こまつな にんじん だいこん ごぼう ほししいたけ ねぎ	さけ しお しょうゆ
9 水	牛乳 パン キウサウス ビーンズスープ オレンジ	ぎゅうにゅう ベーコン とうにゅう とりにく しろいんげんまめ ひよこまめ	パン じゃがいも こむぎこ あぶら	たまねぎ はくさい ほうれんそう にんじん しめじ オレンジ	コンソメ こしょう しお
10 木	牛乳 ごはん きくらげのり いかと里芋の煮物 小松菜のごま和え	ぎゅうにゅう なまあげ いか とりにく きくらげのり こんぶ さつまあげ かつおぶし	ごはん さといも こんにゃく さとう ごま	だいこん にんじん さやいんげん こまつな はくさい	しょうゆ みりん さけ
11 金	牛乳 ごはん あじつけのり 鶏肉のさっぱり煮 しっちゃん鍋	ぎゅうにゅう とりにく あじつけのり いわし ふ みそ いろこ	ごはん さとう でんぷん さといも ごま	にんにく しょうが ねぎ はくさい にんじん ごぼう はなっこりー ほししいたけ	す みりん さけ しょうゆ しお
14 月	牛乳 黒糖パン 肉団子と野菜のスープ煮 れんこんとじゃこのサラダ	ぎゅうにゅう とりとぶたのミートボール しらすまし	パン くらざとう じゃがいも はるさめ ごまあぶら さとう	たまねぎ はくさい にんじん しめじ さやいんげん れんこん だいこん きゅうり	コンソメ しょうゆ す しお こしょう
15 火	牛乳 ごはん しそわかめふりかけ ごもく煮豆 かぶの甘酢和え	ぎゅうにゅう だいす なまあげ とりにく ひらてん こんぶ	ごはん ごま こんにゃく さとう	しそわかめ かぶ きゅうり ごぼうにんじん さやいんげん れんこん ほししいたけ ゆずかじゅう	しょうゆ さけ みりん す しお
16 水	牛乳 パン マーマレード さつまいもの豆乳シチュー ひじきと冬野菜のサラダ	ぎゅうにゅう とりにく だいす とうにゅう ツナ ひじき	パン さつまいも マーマレード あぶら さとう	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース とうもろこし だいこん キャベツ はなっこりー とうもろこし	ホワイトソースルウ コンソメ しお こしょう す しょうゆ
17 木	牛乳 ごはん ほうとう 鯖のゆず風味 磯辺和え	ぎゅうにゅう さば のり みそ とりにく いろこ	ごはん きしめん さとう さといも	ゆずかじゅう キャベツ ほうれんそう にんじん かぼちゃ だいこん ねぎ	しお しょうゆ
18 金	牛乳 根野菜のカレーライス (ごはん) アーモンドサラダ 一食チーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム チーズ	ごはん あぶら さといも さとう アーモンド	にんにく しょうが たまねぎ にんじん だいこん ごぼう しめじ きゅうり キャベツ グリーンピース	カレールウ しお コンソメ こしょう す
21 月	牛乳 パン マーシャルビーンズ ボルシチ ツナサラダ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とうにゅう ツナ	パン じゃがいも あぶら さとう	にんにく たまねぎ あかかぶ にんじん セロリ パセリ トマト キャベツ きゅうり レモンかじゅう	あかワイン す コンソメ しお しょうゆ こしょう
22 火	牛乳 親子丼 ひじき炒め みかん	ぎゅうにゅう たまご こおりどうふ とりにく ひじき かつおぶし だいす さつまあげ	ごはん さとう でんぷん あぶら	たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ こまつな うんしゅうみかん	みりん しょうゆ
23 水	牛乳 クリスマスメニューです パン 細切り野菜のスープ とりのから揚げ サラダ クリスマスケーキ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	パン あぶら でんぷん さとう クリスマスケーキ	はなっこりー だいこん あかピーマン ピーマン セロリ たまねぎ にんじん しめじ はくさい パセリ	しお こしょう す しょうゆ コンソメ

