

令和6年度12月 学校給食予定献立表

※ 給食には、毎日「牛乳（2群）」がつきます。

時津町学校給食公社第2調理場

日	曜	献立	主 な 働 き と 材 料 名						栄 養 価	
			体をつくるものになる		体の調子を整えるものになる		エネルギーのもとになる		エネルギー	たんぱく質
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
2	月	ごはん					こめ		831	31.2
		沢煮椀	ぶたにく		にんじん はねぎ	たけのこ こんにゃく だいこん ごぼう ししいたけ				
		塩唐揚げ	とりにく			しょうが にんにく	さとう でん粉	油		
		ココロきゅうり				きゅうり しょうが		ごま油		
3	火	ごはん					こめ		775	30.4
		豆腐チゲ	とうふ ぶたにく		にんじん	白菜キムチ だいこん もやし 菜ねぎ				
		ブルコギ	ぎゅうにく		にんじん	たまねぎ キャベツ しょうが にんにく	さとう	ごま油 ごま 油		
4	水	はちみつパン					はちみつパン		767	30.2
		ごぼうのクリームスープ	とりにく ベーコン	スキムミルク	にんじん パセリ	ごぼう たまねぎ	小麦粉	マーガリン		
		トマトオムレツ	トマトオムレツ							
		れんこんのガーリックソテー			パセリ	れんこん キャベツ にんにく		オリーブオイル		
5	木	ごはん					こめ		795	28.6
		のっぺい汁	とりにく あつあげ		にんじん はねぎ	こんにゃく	さといも でん粉			
		さんまかぼすレモン煮	さんまかぼすレモン煮							
		ひじきの甘辛煮	ぶたにく あげかまぼこ あぶらあげ	ひじき	にんじん いんげん		さとう	油		
6	金	豚丼（麦ごはん）					こめ むぎ		797	28.5
		（豚丼の具）	ぶたにく		にんじん	たまねぎ ごぼう しょうが にんにく	さとう	油		
		白玉汁	とりにく はんぺん		こまつな にんじん	えのきだけ	しらたま			
9	月	ごはん					こめ		772	29.5
		かぶのスープ	ベーコン		にんじん パセリ	かぶ たまねぎ				
		鶏肉のワイン焼き	とりにく みみそ	牛乳 生クリーム	トマト	にんにく	さとう			
		ほうれん草のソテー			ほうれん草 にんじん	とうもろこし		バター		
10	火	ごはん					こめ		803	26.8
		おにしめ	とりにく ちくわ うずらの卵 あつあげ	こんぶ	にんじん	こんにゃく	じゃがいも さとう			
		きゅうりと春雨の酢の物		わかめ		きゅうり	はるさめ さとう	ごま油 ごま		
		ふりかけ					ふりかけ			
11	水	小型コッペパン					こめ		800	33.6
		ポークビーンズ	ぶたにく だいず		にんじん パセリ トマト	たまねぎ	じゃがいも さとう	油		
		マカロニチーズ	ベーコン	スキムミルク チーズ		たまねぎ	マカロニ 小麦粉	マーガリン		
		オレンジ				オレンジ				
12	木	チャーハン	やきぶた 卵そぼろ		にんじん	たまねぎ ししいたけ 菜ねぎ	こめ	ごま油	785	28.8
		中華風つくね汁	中華風つくね		にんじん チンゲンサイ	きくらげ たまねぎ しょうが	はるさめ	ごま油		
		春巻き				春巻き		油		
13	金	ごはん					こめ		844	33.8
		さつま汁	とりにく あぶらあげ みみそ		にんじん はねぎ	こんにゃく	さつまいも			
		豚肉のバーベキューソース	ぶたにく みみそ		ピーマン	キャベツ にんにく しょうが たまねぎ りんご	さとう	油 ごま油 ごま		
16	月	ごはん					こめ		800	26.8
		和風春雨汁	とりにく はんぺん		にんじん はねぎ	たまねぎ ししいたけ	はるさめ			
		揚げ里芋の肉みそがらめ	ぶたにく 赤みそ			菜ねぎ しょうが にんにく	さといも でん粉 さとう	油		
		きゅうりのピリッと漬け				きゅうり				
17	火	ごはん					こめ		825	34.9
		高野豆腐の卵とじ	こうや豆腐 とりにく あげかまぼこ 卵		にんじん	たまねぎ キャベツ ししいたけ グリーンピース	さとう			
		いわしの梅煮	いわし梅煮							
		ひじき炒め		しそひじき	にんじん いんげん			油		
18	水	パンパン					パンパン		785	27.2
		洋風肉じゃが	ベーコン ぶたにく	生クリーム	にんじん	たまねぎ えだまめ	じゃがいも	バター 油		
		海藻サラダ		かいそうミックス		きゅうり とうもろこし	さとう	油		
19	木	中華丼（麦ごはん）					こめ むぎ		783	28.1
		（中華丼の具）	ぶたにく うずらの卵 イカ		にんじん きぬぎや	たまねぎ ししいたけ はくさい しょうが	さとう でん粉	油 ごま油		
		もやしとピーマンの炒め物			ピーマン	もやし	さとう	ごま油		
20	金	ごはん					こめ		788	25.3
		みそ煮込みうどん	とりにく あぶらあげ みみそ 赤みそ		にんじん	はくさい たまねぎ 菜ねぎ ししいたけ	うどん			
		かぼちゃのそぼろ煮	ぶたにく ほうてん		かぼちゃ にんじん いんげん	たまねぎ	さとう でん粉	油		
23	月	チキンカレーライス（麦ごはん）					こめ むぎ		919	25.8
		（チキンカレーのルー）	とりにく	粉チーズ	にんじん	たまねぎ グリーンピース りんご	じゃがいも	油		
		ほうれん草のサラダ			ほうれん草	キャベツ とうもろこし	さとう	ごま油 ごま		
		米粉のカップケーキ（いちご）						米粉のカップケーキ		
24	火	終業式								

* 献立の食材は、天候等により変更になる場合がございますのでご了承ください。

*** 12月21日は冬至です ***

今年の冬至は12月21日です。冬至とは、1年の中で昼が最も短く、夜が最も長い日のことで、世界各国に独自の冬至の風習があります。日本では、無病息災を願う、ゆず湯に入ったり、かぼちゃを食べたりします。また、「ん」が2回つく食べ物も「運」がつくとして縁起が良いとされています。給食でも1日早く、20日になんきん（かぼちゃ）、にんじん、いんげん、う（ん）どんが登場します！2024年も残りわずか、寒さに負けず元気に過ごしましょう☆



令和6年度 12月食物アレルギー原因食品一覧表

時津町学校給食公社第2調理場

※牛乳は毎日つきます。

日	曜	献立	使用されている原因食品及びアレルゲン						備考
			乳製品類	卵類	魚介類・甲殻類	肉類・豆類	穀類	種実類	
2	月	ごはん 沢煮椀 塩唐揚げ ココロきゅうり							
3	火	ごはん 豆腐チゲ ブルコギ						白菜キムチ・豆板醤・コチュジャン(唐辛子)	
4	水	はちみつパン ごぼうのクリームスープ トマトオムレツ れんこんのガーリックソテー	(乳) マーガリン・ スキムミルク(乳)	(卵)					
5	木	ごはん のっぺい汁 さんまかぼすれモン煮 ひじきの甘辛煮							
6	金	豚丼(麦ごはん) (豚丼の具) 白玉汁							
9	月	ごはん かぶのスープ 鶏肉のワイン焼き ほうれん草のソテー	牛乳・生クリーム(乳) バター(乳)						
10	火	ごはん おにしめ きゅうりと春雨の酢の物 ふりかけ		うずらの卵(卵)					
11	水	小型コッペパン ポークビーンズ マカロニチーズ オレンジ	(乳) マーガリン・チーズ スキムミルク(乳)						
12	木	チャーハン 中華風つくね汁 春巻き		卵そぼろ(卵)					
13	金	ごはん さつま汁 豚肉のバーベキューソース						唐辛子	
16	月	ごはん 鳴北中2年なし 和風春雨汁 揚げ里芋の肉みそがらめ きゅうりのピリッと漬け						豆板醤(唐辛子) 唐辛子	
17	火	ごはん 鳴北中2年なし 高野豆腐の卵とし いわしの梅煮 ひじき炒め		卵					
18	水	パン 鳴北中2年なし 洋風肉じゃが 海藻サラダ	(乳) バター・ 生クリーム(乳)						
19	木	中華丼(麦ごはん) (中華丼の具) もやしとピーマンの炒め物		うずらの卵(卵)	イカ				
20	金	ごはん みそ煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮							
23	月	チキンカレーライス(麦ごはん) (チキンカレーのルー) ほうれん草のサラダ 米粉のカップケーキ(いちご)	粉チーズ(乳)						

※ コンタミネーションの資料が必要な場合は、時津町第2給食センター(☎095-882-4281)まで、ご連絡ください。

毎月必ず「食物アレルギー原因食品一覧表」と「献立表」を見て、チェックをお願いします。食物アレルギーの原因となる食品をまちがって食べることがないように注意しましょう。