

12月分 給食予定献立表

芽室町学校給食センター

日	牛乳	献立名	赤の仲間☒ 血や肉になる	黄の仲間☒ 熱や力の元になる	緑の仲間☒ 体の調子を整える	アレルギー
1月	○	麦入りごはん		米 大麦		
		いもだんご汁	油あげ	いもだんご	だいこん にんじん 長ねぎ	小麦 大豆
		豆腐ハンバーグ	とうふ とり肉		玉ねぎ	大豆
		もやしのおかかあえ	小魚 削り節		キャバツ ほうれん草 もやし	小麦 大豆
2火	○	コッペパン		パン		小麦 乳
		オニオンスープ	ベーコン		玉ねぎ さやいんげん にんじん えのきたけ	小麦 大豆
		ささみチーズフライ	とり肉 チーズ	小麦粉		小麦 大豆 乳
		マカロニサラダ		マカロニ マヨネーズ(卵不使用)	きゅうり コーン キャバツ	大豆
3水	○	ウインナーピラフ	ウインナー	米	玉ねぎ にんじん えだまめ	大豆
		チンゲン菜のスープ	とうふ		チンゲン菜 だいこん 長ねぎ	小麦 大豆
		ハッシュポテト		じゃがいも	玉ねぎ	大豆
4木	○	ミートソーススパゲッティ	ぶた肉 大豆	スパゲッティ	玉ねぎ にんじん エリンギ トマト	小麦 大豆
		フルーツナタデココ		ナタデココ	もも みかん パイン	
5金	○	麦入りごはん		米 大麦		
		麻婆豆腐	ぶた肉 とうふ		長ねぎ ピーマン にんじん	小麦 大豆
		春雨サラダ	ハム	はるさめ	きゅうり もやし にんじん	小麦 大豆
8月	○	麦入りごはん		米 大麦		
		厚揚げのみそ汁	厚あげ		だいこん にんじん たもぎたけ 長ねぎ	大豆
		豚肉のしょうが焼き	ぶた肉		玉ねぎ	小麦 大豆
		ほうれん草と油揚げのおひたし	油あげ		ほうれん草 もやし にんじん	小麦 大豆
9火	○	バンズパン		パン		小麦 乳
		にんじんとウインナーのスープ	ウインナー		にんじん 玉ねぎ さやいんげん えのきたけ	小麦 大豆
		野菜コロッケ		じゃがいも 小麦粉	にんじん 玉ねぎ コーン さやいんげん	小麦 大豆
		コールスローサラダ		コールスロードレッシング	キャバツ コーン えだまめ	大豆
10水	○	麦入りごはん		米 大麦		
		豆腐のみそ汁	豆腐		にんじん はくさい 長ねぎ	大豆
		いわしの梅煮	いわし			小麦 大豆
		ヤーコンきんぴら		ごま	ヤーコン にんじん しいたけ	小麦 大豆
11木	○	しおラーメン	ぶた肉 わかめ	ラーメン	キャバツ にんじん もやし ほうれん草 長ねぎ	小麦 大豆
		春巻き(ひとり1こ)	ぶた肉 ひじき	小麦粉 はるさめ (オイスターソース)	キャバツ 玉ねぎ にんじん 長ねぎ	小麦 大豆
		元気ヨーグルト	ヨーグルト			乳
12金	カフェオレ	◆めむろまるごと給食◆ (☆がついている食材は芽室産です)				
		ハヤシライス	☆牛肉	米 大麦 バター 小麦粉	☆玉ねぎ ☆にんじん ☆ブロッコリー セロリ ☆りんご トマト	小麦 大豆 乳
		ゆりねのごまあえ		ごま	☆ゆりね ☆キャバツ ☆にんじん ほうれん草	小麦 大豆
15月	○	豚みそ丼	ぶた肉	米 大麦	玉ねぎ えだまめ にんじん しいたけ	小麦 大豆
		豆腐とごぼうのみそ汁	豆腐		ごぼう だいこん 長ねぎ	大豆
16火	○	十勝バターパン		パン		小麦 大豆 乳 卵
		クリームシチュー	ぶた肉 牛乳	じゃがいも バター小麦粉	玉ねぎ にんじん コーン さやいんげん 白いんげん	小麦 乳
		鶏肉のハーブ焼き	とり肉			小麦 大豆
		野菜サラダ		セパレートドレッシング	キャバツ えだまめ にんじん	大豆

日	牛乳	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	アレルギー
17 水	○	麦入りごはん		米 大麦		
		大根のみそ汁	油あげ とうふ		だいこん にんじん 長ねぎ	大豆
		じゃがいものそぼろ煮	ぶた肉	じゃがいも	にんじん さやいんげん	小麦 大豆
		なめたけあえ			キャベツ もやし ほうれん草 にんじん えのきたけ	小麦 大豆
18 木	○	かしわうどん	とり肉 わかめ	うどん	ほうれん草 にんじん キャベツ だいこん 長ねぎ	小麦 大豆
		揚げパン		ライ麦パン		小麦
19 金	○	わかめごはん	わかめ	米 大麦		
		五目厚焼きたまご	たまご とり肉 もずく		にんじん たけのこ しいたけ (りんご)	小麦 大豆 卵
		ヤーコンサラダ	ハム	セミセパ中華ドレッシング (オイスターエキスを含む)	ヤーコン にんじん きゅうり	小麦 大豆
		おしるこ	小豆	白玉	かぼちゃ	
22 月	○	麦入りごはん		米 大麦		
		玉ねぎのみそ汁	とうふ 油あげ		玉ねぎ にんじん	大豆
		✳️さばの生姜醤油焼き	さば			小麦 大豆
		ひじきのごまネーズあえ	ひじき とり肉	ごま マヨネーズ(卵不使用)	キャベツ にんじん	小麦 大豆
23 火	○	まるデニッシュ		パン		小麦 大豆 乳
		アルファベットスープ	ウインナー	マカロニ	ほうれん草 さやいんげん にんじん	小麦 大豆
		クリスピーチキン	とり肉	小麦粉		小麦 大豆
		サウザンサラダ	ハム	サウザンアイランドドレッシング	キャベツ ブロッコリー にんじん	
		シュークリーム	牛乳 卵 生クリーム	小麦粉 バター		小麦 卵 乳
24 水	ジョア	ポークカレーライス	ぶた肉	米 大麦 じゃがいも	玉ねぎ にんじん さやいんげん トマト	小麦 大豆
		✳️キャベツと福神漬けのサラダ			キャベツ きゅうり だいこん なす れんこん なたまめ	小麦 大豆
25 木	○	ナポリタン風スパゲッティ	ウインナー	スパゲッティ	玉ねぎ にんじん エリンギ ピーマン トマト	小麦
		野菜とツナのサラダ	ツナ	セパレートドレッシング	キャベツ コーン	
26 金	○	麦入りごはん		米 大麦		
		豆腐となめこのみそ汁	とうふ		なめこ にんじん だいこん 長ねぎ	大豆
		豚肉と野菜の炒め物	ぶた肉		玉ねぎ しめじ もやし (りんご)	小麦 大豆
		中華きゅうり		ごま	きゅうり	小麦 大豆

◎●お願い●◎

- ・食べ終わった後は、食器・スプーン・その他の容器に元通りにして返してください。
- ・食べ物以外は燃えるごみ・燃やさないごみ・牛乳パックに分けてください。
- ・食器や食缶は大切に扱いましょう。


※アレルギーの表示欄は7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)+大豆を表示しています。
※献立表の中に()で記載されている食材については調味料として使用されているものです。
※材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。
※献立名の前に「✳️」がついている献立は新メニューです。


★北明やまざと幼稚園との給食交流


24日の新メニュー『キャベツと福神漬けのサラダ』は、やまざと幼稚園でカレーの日に出るサラダです。
園児の皆さんが元気いっぱい、モリモリ食べていたので、レシピを教えてくださいました！
キャベツときゅうりのシャキシャキとした食感もおいしいと思います。


※やまざと幼稚園の食育に参加した時のメニューです。給食センターのレシピも紹介したいと考えてます。 ～給食センター長～


～今月の給食で使用している芽室町産の食べ物～



じゃがいも



ごぼう



スイートコーン



パン



大豆



にんじん



ゆり根



えだまめ



玉ねぎ



さやいんげん


ヤーコン


ブロッコリー


牛肉


かぼちゃ


だいこん

12月の平均値

・エネルギー 626kcal

・たんぱく質 25.8g

・脂質 19.8g

学校給食費は納入期限までに
納入をお願いします。

【納期限】 1 2 月分
12月25日（木）