

【小学校用】

令和6年12月 給食献立表

唐津市東部学校給食センター

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルギーは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください						
日 (曜)	献立名	献 立 材 料 名				
		おもに体をつくるもとになる食品（赤）	おもに体の調子を整えるもとになる食品（緑）	おもにエネルギーのもとになる食品（黄）	調味料等	エネルギーたんぱく質脂質カルシウム
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・種実類・油脂類		
(月)	牛乳	牛乳				605
	ご飯			米		
	揚げギョーザ	鶏肉 ひじき	にら キャベツ 玉ねぎ	でん粉 砂糖 小麦粉 油 ごま油	しょうゆ	21.6
	もやしのナムル		にんじん もやし きゅうり にんにく	ごま ごま油	しょうゆ トウバンジャン	18.0
	太平燕	豚肉 かまぼこ	にんじん チンゲンサイ しょうが キャベツ たまねぎ きくらげ	春雨	酒 しょうゆ 鶏がら	286
(火)	牛乳	牛乳				585
	ご飯			米		
	いわしのかんろ煮	いわし		砂糖 でん粉	しょうゆ みりん	27.4
	香味あえ	ちくわ	にんじん しそ きゅうり キャベツ	砂糖	練り梅 しょうゆ	15.2
	みぞれ汁	鶏肉	にんじん ねぎ 白菜 しいたけ 大根 しょうが	ふ 里芋 油	しょうゆ 酒 だし昆布 かつお節	372
(水)	牛乳	牛乳				648
	ご飯			米		
	ハンバーグ	豚肉 鶏肉	たまねぎ	でん粉 砂糖	ケチャップ ウスターソース みりん 酒	22.0
	イタリアンサラダ		パプリカ きゅうり キャベツ	ドレッシング		22.7
	根菜のスープ	ベーコン	にんじん たまねぎ 大根 ごぼう れんこん にんにく	じゃがいも 油	ローレル 酒 しょうゆ 鶏がら	455
(木)	牛乳	牛乳				605
	ご飯			米		
	きびなごの唐揚げ	きびなご	しょうが	米粉 でん粉 油	しょうゆ 酒	23.8
	こんにゃくのソテー	豚肉	にんじん 小松菜 こんにゃく とうもろこし しょうが	砂糖 油 ごま油	酒 しょうゆ オイスターソース	15.4
	さつまいものみそ汁	厚揚げ 味噌 わかめ	ねぎ たまねぎ しめじ	さつまいも	煮干し 酒	323
(金)	牛乳	牛乳				691
	麦ご飯			米 麦		
	チキンカレー	鶏肉 大豆	にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんご	じゃがいも 油	赤ワイン カレールー デミグラスソース ケチャップ チャツネ ウスターソース	22.9
	海藻サラダ	わかめ くきわかめ 昆布 とさかのり ふのり	にんじん きゅうり キャベツ とうもろこし	ドレッシング	ドレッシング	291
(月)	牛乳	牛乳				614
	ご飯			米		
	メンチカツ	豚肉	キャベツ たまねぎ	パン粉 砂糖 でん粉 油		22.1
	マカロニサラダ	まぐろ油漬け	にんじん きゅうり とうもろこし	マカロニ ドレッシング		19.8
	野菜スープ	豚肉	にんじん かぶ たまねぎ 白菜 セロリ しめじ にんにく		酒 しょうゆ 鶏がら	263
(火)	牛乳	唐津ん魚の日	牛乳			610
	ご飯			米		
	さばのごま塩焼き	さば		ごま	酒	29.1
	野菜のおひたし	かつお節	ほうれん草 にんじん 白菜 切干大根	砂糖	しょうゆ	18.2
	豚汁	豚肉 厚揚げ 味噌	にんじん ねぎ 大根 こんにゃく ごぼう	じゃがいも	酒 煮干し	301
(水)	牛乳	牛乳				603
	ご飯			米		
	豚肉と根菜の煮物	豚肉	にんじん しょうが 大根 ごぼう れんこん	里芋 砂糖	酒 しょうゆ みりん	27.4
	にらたま汁	卵 豆腐 かまぼこ	にら たまねぎ しいたけ	でん粉	しょうゆ 酒 だし昆布 煮干し	16.6
	いりごミックス	大豆 いりこ		砂糖 アーモンド ごま	しょうゆ みりん	443
(木)	牛乳	牛乳				601
	ご飯			米		
	ホキ天玉揚げ	ホキ 青さ		天玉 小麦粉 でん粉 油		23.8
	中華あえ		にんじん もやし きゅうり きくらげ	砂糖 ごま油	酢 しょうゆ	17.1
	白菜と肉団子のスープ	鶏肉	にんじん チンゲンサイ たまねぎ 白菜 しいたけ たけのこ	パン粉 でん粉 砂糖 春雨	酒 しょうゆ 鶏がら	354
(金)	牛乳	牛乳				620
	黒糖パン			黒糖パン		
	ペンネミートソース	豚肉 牛肉 大豆	にんじん ピーマン トマト にんにく たまねぎ	ペンネ 砂糖 油	赤ワイン ケチャップ スターソース	21.7
	豆と野菜のサラダ	鶏肉	枝豆 ひよこ豆 青えんどう豆 赤いんげん豆 とうもろこし きゅうり キャベツ	ノンエッグマヨネーズ		313

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルギーは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献 立 材 料 名				
		おもに体をつくるもとになる食品（赤）	おもに体の調子を整えるもとになる食品（緑）	おもにエネルギーのもとになる食品（黄）	調味料等	エネルギーたんぱく質脂質カルシウム
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・種実類・油脂類		
16 (月)	牛乳	牛乳				595
	ご飯			米		
	鶏肉の西京焼き	鶏肉 味噌		砂糖	酒 しょうゆ みりん	26.0
	野菜のごまあえ		小松菜 にんじん キャベツ もやし	砂糖 ごま	しょうゆ	18.8
	沢煮椀	豚肉	にんじん ねぎ ごぼう たけのこ しいたけ たまねぎ		酒 しょうゆ 煮干し	312
17 (火)	牛乳	牛乳				614
	ご飯			米		
	オムレツ	卵	ほうれん草	でん粉 油		23.5
	大根とささみのサラダ	鶏肉 ひじき	大根 きゅうり とうもろこし	ドレッシング		20.8
	キムチ汁	豚肉 豆腐 味噌	にんじん 白菜 もやし しめじ キムチ にんにく	ごま油	酒 みりん しょうゆ 鶏がら	441
18 (水)	牛乳	牛乳				626
	ご飯			米		
	さばの揚げ煮	さば	しょうが	砂糖 油	しょうゆ 酒	27.1
	甘酢あえ	ハム	にんじん キャベツ きゅうり	春雨 砂糖	酢 しょうゆ	18.0
	厚揚げのみそ汁	厚揚げ 味噌 わかめ	ねぎ たまねぎ しめじ	じゃがいも	酒 煮干し	266
19 (木)	牛乳	牛乳				652
	麦ご飯			米 麦		21.6
	ボークハヤシ	豚肉	にんじん グリーンピース トマト にんにく たまねぎ マッシュルーム	油	赤ワイン ハヤシルウ デミグラスソース ケチャップ ウスターソース チキンブイヨン	21.0
	キャベツのサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし	ドレッシング		272
20 (金)	牛乳	牛乳				645
	ご飯			米		
	かぼちゃコロッケ		かぼちゃ たまねぎ	じゃがいも 小麦粉 砂糖 パン粉 でん粉 油		23.5
	和風サラダ	まぐろ油漬け	にんじん キャベツ きゅうり		ドレッシング	18.6
	ちゃんこ汁	鶏肉 いわし たら 豆腐 味噌	にんじん ねぎ しょうが 大根 白菜 しいたけ	砂糖 油	酒 みりん しょうゆ 煮干し	438
23 (月)	牛乳	牛乳				731
	チキンライス	鶏肉	にんじん とうもろこし たまねぎ	米 砂糖 油	ケチャップ	
	コールスローサラダ		にんじん キャベツ きゅうり	ドレッシング		19.7
	コーンポタージュ	ベーコン 牛乳 生クリーム	にんじん パセリ たまねぎ とうもろこし	じゃがいも	鶏がら ポタージュベース	27.0
	クリスマスデザート(ペコちゃんケーキ)			ケーキ		305
24 (火)	牛乳	牛乳				659
	プレーンパン			プレーンパン		
	カレーうどん	豚肉	にんじん ねぎ たまねぎ しめじ	うどんめん 油	カレールー カレー粉 みりん しょうゆ 酒 煮干し	23.9
	れんこんサラダ		パブリカ れんこん きゅうり とうもろこし	ノンエッグマヨネーズ		29.6
	チーズ	チーズ				527

調味料の塩、こしょうの表示はしていません