

12月 給食献立予定表

★今月の目標【 地域でとれた食材を知ろう。ふるさとの味を味わおう。 】

行事等	日・曜日	こんだて	アレルギー原因物質特定7品目 小麦 卵 牛乳 落花生 エビ カニ	あか		みどり		き		調味料	栄養価		
				主に体をつくるものとなる食品		主に体の調子を整えるものとなる食品		主にエネルギーのもととなる食品			小	中	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		たんぱく質(kcal)	たんぱく質(g)	
		ごはん		魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物 (きのこ・こんにやく)	こく類 いも・砂糖	(油脂) (種実)				
		ごはん		たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC(食物繊維)	炭水化物	脂質				
2月		ごはん											
		ぎゅうにゅう											
		とりにくのしおこうじやき									塩こうじ 酒	580	701
		おひたし									醤油	25.2	29.1
		みそけんちんじる										29.6	28.0
3月		あげパン											
		【浮島中のみ】ミルクパン											
		ぎゅうにゅう											
		ポトフ											
		くきわかめのサラダ											
4月		ごはん											
		ぎゅうにゅう											
		さけフライ											
		はくさいのにびたし											
		とうふとじゃがいものみそじる											
5月		【浮島中のみ】果物(りんご)											
		オムライス (チキンライス)											
		(うすやきたまご)											
		ぎゅうにゅう											
		にくだんごとはくさいのスープ											
6月		ミルメーク(コーヒー)											
		しっぽくうどん (うどん)											
		(スープ)											
		ぎゅうにゅう											
		やさいのふくらよせ											
7月		ごまあえ											
		とりごもくごはん											
		ぎゅうにゅう											
		ししゃものたつたあげ											
		ふととうふのみそじる											
8月		ヨーグルト											
		ロールパン											
		ぎゅうにゅう											
		とうにゅうのクリームシチュー											
		ほしのコロッケ											
9月		かいそうサラダ											
		ごはん											
		ぎゅうにゅう											
		たちおうフライ											
		おからのいために											
10月		かきたまじる											
		ごはん											
		ぎゅうにゅう											
		ぶたどん(ぐ)											
		かまぼこととうふのすましじる											
11月		みかんのタルト											
		ごはん											
		ぎゅうにゅう											
		ホキのチリソースかけ											
		ひじきのちゅうかいのため											
12月		はるさめスープ											
		ごはん											
		ぎゅうにゅう											
		かますこめおちゃフライ											
		沼津産カリフラワーのサラダ											
1月		あおのりボールのすましじる											
		ごはん											
		ぎゅうにゅう											
		さばのゆうあんやき											
		ぶたにくとこんにゃくのいためもの											
2月		かぼちゃほうとう											
		クリスマスメニュー											
		カレーピラフ											
		ぎゅうにゅう											
		とりにくのハーブやき											
3月		ラビオリスープ											
		クリスマスカップデザート											
		ごはん											
		ぎゅうにゅう											
		とりにくのハーブやき											

※都合により献立・食材が変更になる場合があります。

毎月19日 食育の日 【早ね・早おき・朝ごはん】

