

令和6年 12月 学校給食こんだて表 師走 December

松江市立八雲小学校・中学校

☆今月の目標 寒さに負けない食事をしよう！



		おもなさいりょう					
		あかのしよくひん 血や肉となりからだをつくります		みどりのしよくひん からだのちょうしをととのえ元氣になります		きいろのしよくひん エネルギーのもとになりからだをうごかします	
日	こんだて	1群	2群	3群	4群	5群	6群
2月	牛乳 ごはん ぶたれんこん のりあえ ふのみそ汁	ぶた肉 あぶらあげ みそ	牛乳 のり	にんじん ほうれんそう ねぎ	れんこん キャベツ もやし たまねぎ はくさい こんにゃく	米 さつまいも ふ さとう	
3火	牛乳 キャロットパン とり肉のマーマレード焼き げんきサラダ さつまいもの豆乳スープ	とり肉 ハム かつおぶし とうにゅう	牛乳 こんぶ	にんじん チンゲンサイ	キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ	キャロットパン さつまいも さとう	あぶら
4水	牛乳 ごはん さばのみぞれがけ ひじきのにももの ゆばのすまし汁	さば だいず あぶらあげ ゆば	牛乳 ひじき	にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ えのき	米 かたくり粉 さとう	あぶら
5木	牛乳 だいこんカレー ほうれんそうオムレツ 津田かぶサラダ	たまご とり肉 ハム	牛乳	にんじん だいこん葉	たまねぎ だいこん かぶ きゅうり ほうれんそう	米 さとう	あぶら
6金	牛乳 ごはん かつおとごぼうのうま煮 だいこんのごまマヨサラダ とうふのスープ	かつお とうふ	牛乳	いんげん にんじん チンゲンサイ	ごぼう だいこん とうもろこし きゅうり たまねぎ えのき 白ねぎ	米	あぶら /アイグ マネー ごま
9月	牛乳 おやこどん きんときまめのふくめに ツナサラダ	とり肉 たまご きんときまめ ツナ	牛乳	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ キャベツ えのき もやし	米 かたくり粉 さとう	
10火	牛乳 こくとうパン ポテトのチーズやき 青じそドレッシングサラダ はくさいスープ	ツナ	牛乳 チーズ	ブロッコリー にんじん	とうもろこし だいこん キャベツ きゅうり はくさい かぶ たまねぎ しめじ	こくとうパン じゃがいも	/アイグ マネー ドレッシング
11水	牛乳 ごはん ぶりだいこん なっとうあえ とうにゅういりみそ汁	ぶり なっとう みそ かつおぶし ぶた肉 とうふ とうにゅう	牛乳 のり	にんじん ほうれんそう ねぎ	だいこん もやし うめ たまねぎ こんにゃく	米 さつまいも	あぶら
12木	牛乳 みそラーメン ぎょうざ(2個ずつ) パンサンスー みかん	ぶた肉 たまご みそ	牛乳 わかめ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし とうもろこし きゅうり キャベツ みかん	ちゅうかめん マロニー さとう	あぶら ごま油



		おもなさいりょう					
		あかのしよくひん 血や肉となりからだをつくります		みどりのしよくひん からだのちょうしをととのえ元氣になります		きいろのしよくひん エネルギーのもとになりからだをうごかします	
日	こんだて	1群	2群	3群	4群	5群	6群
13金	牛乳 ごはん たらのみぞれあえ はくさいのおひたし とうふのすまし汁	たら とうふ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	だいこん はくさい キャベツ たまねぎ えのき もやし ねぎ	米	ごま
16月	牛乳 もずく丼 ごぼうサラダ ちゅうかスープ	ぶた肉 ハム とうふ	牛乳 もずく	ほうれんそう にんじん チンゲンサイ	たまねぎ とうもろこし きゅうり キャベツ だいこん もやし 白ねぎ ごぼう	米 はるさめ	ドレッシング
17火	牛乳 まるパン きなこクリーム とりにくのマスタードマヨやき だいこんとみずなのサラダ やさいとまめのスープ	とり肉 ハム きんときまめ 白いんげんまめ だいず	牛乳	にんじん みずな	だいこん たまねぎ キャベツ えだまめ	パン じゃがいも さとう	きなこクリーム /アイグ マネー ごま油 ごま
18水	牛乳 ごはん 焼きししゃも(2尾) マロニーときくらげのサラダ はっほうさい	ししゃも ハム ぶた肉	牛乳	にんじん ピーマン	きくらげ だいこん キャベツ はくさい たまねぎ しいたけ しめじ もやし	米 マロニー さとう	ごま ごま油
19木	牛乳 ごはん ぶた肉のしょうがいため じゃこあえ さつまいものみそ汁	ぶた肉 あぶらあげ みそ	牛乳 ちりめんじゃこ のり	にんじん ねぎ ほうれんそう	たまねぎ キャベツ えのき もやし	米 さつまいも	ごま
20金	牛乳 ごはん さけのゆすみそやき かぼちゃのそぼろに もずくいりかきたま汁	さけ みそ とり肉 たまご	牛乳 もずく	かぼちゃ いんげん にんじん ねぎ	ゆず たまねぎ えのき	米 さとう	
23月	牛乳 カレーピラフ とり肉のてりやき ブロッコリーサラダ コンソメスープ クリスマスデザート	とり肉 ツナ	牛乳	ブロッコリー にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ はくさい	米 じゃがいも デザート	油

※物資の都合上、献立を変更することがありますのでご了承ください。

♪メリ〜クリスマス♪

