

もうすぐふゆやすみですね。  
はやね、はやおきて、しっかり



# 12月 こんだてひょう



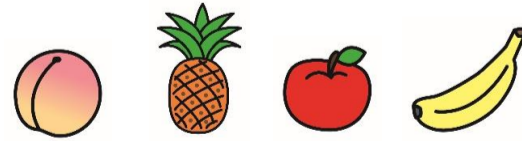
犬山市立楽田小学校

日	曜	こんだてめい 献立名	主な材料とその働き					
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
2	月	ごはん ぎゅうにゅう いかフライのレモンに ぶたにくとだいこんのもの こまつなごまあえ	いか ぶたにく はんぺん あつあげ	ぎゅうにゅう		レモン だいこん しいたけ きりぼしだいこん もやし	こめ こむぎこ パンこ さとう さといも さとう さとう	あぶら あぶら ごま
3	火	ごはん ぎゅうにゅう さばのソースに はくさいのおこんぶあえ いもこじる やさいとくだものゼリー	さば こんぶ ぎゅうにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん にんじん	しょうが はくさい ごぼう こんにゃく ねぎ みかん	こめ さとう さといも さとう	
4	水	くろロールパン ぎゅうにゅう かぼちゃのチーズやき チキンボールのトマトに みかん	ツナ とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	かぼちゃ にんじん トマト	コーン たまねぎ だいこん にんにく みかん	パン じゃがいも	あぶら
5	木	むぎごはん ぎゅうにゅう タッカンジョン さんしょくナムル スンドゥブチゲ	とりにく だいす とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう		にんにく にんじん こまつな にんじん だいこん はくさい ねぎ	こめ むぎ でんぷん さとう さとう	あぶら ごまあぶら ごま ごまあぶら
6	金	ごはん ぎゅうにゅう こんさいコロック ほうれんそうとたくあんのあえもの もちいりみそしる		ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にんじん にんじん	れんこん ごぼう きりぼしだいこん きりぼしだいこん たくわん はくさい ねぎ	こめ じゃがいも さとう こめこ	あぶら ごま
9	月	しょうがとぶたばらのませごはん ぎゅうにゅう いわしのうめ ごぼうとささみのサラダ すましじる	ぶたにく いわし とりにく とうふ かまぼこ	ぎゅうにゅう		れんこん しょうが うめ ごぼう きゅうり コーン えのきたけ ねぎ	こめ でんぷん さとう	あぶら あぶら ごま
10	火	ごはん ぎゅうにゅう あじのたつたあげ ポテトサラダ とうにゅうみそしる	あじ ツナ とうふ あぶらあげ とうにゅう しろみそ	ぎゅうにゅう		しょうが コーン かぶ だいこん はくさい ねぎ	こめ でんぷん じゃがいも	あぶら
11	水	むぎごはん ぎゅうにゅう ふゆやさいかレー りんごとハムのサラダ ヨーグルト	ぶたにく ハム	ぎゅうにゅう		たまねぎ だいこん しめじ りんご キャベツ	こめ むぎ さといも さとう	あぶら あぶら
12	木	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはん しゅうまい かんでんいりちゅうかサラダ	ぶたにく いか えび なんと ぶたにく とりにく タラ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	たまねぎ はくさい たまねぎ キャベツ きりぼしだいこん コーン	こめ こむぎこ パンこ でんぷん さとう さとう	あぶら ごまあぶら
13	金	ソフトめん・にくみそソース ぎゅうにゅう ひじきのごますあえ こめこのほうじちゃむしパン	ぶたにく だいす ちくわ あかみそ とうにゅう	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん こまつな にんじん ほうじちゃ	たまねぎ しいたけ しょうが キャベツ	ソフトめん さとう でんぷん さとう こめこ さとう コーンスターチ	あぶら ごまあぶら ごま あぶら
16	月	ごはん ぎゅうにゅう わかさぎのからあげ みそにこみおでん ゆかりあえ		ぎゅうにゅう わかさぎ			こめ こめこ でんぷん さといも さとう	あぶら
17	火	むぎごはん ぎゅうにゅう やさいたっぷりピピンパ にらまんじゅう はるさめスープ	ぶたにく こうやどうふ とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にら にんじん チンゲンサイ	しょうが たけのこ もやし にんにく キャベツ たけのこ しいたけ	こめ むぎ さとう でんぷん こむぎこ こめこ はるさめ	ごまあぶら ごま あぶら
18	水	クロスロールパン ぎゅうにゅう ローストチキン ふゆやさいのクリームシチュー フルーツポンチ	とりにく ベーコン しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく たまねぎ はくさい おとうろ バイナ ナバナ りんご ナタデココ	こめ さといも こむぎこ さとう	バター あぶら
19	木	ごはん ぎゅうにゅう ぶりのいしるふうみあげ じぶに さつまいものぬた	ぶり とりにく あつあげ しろみそ	ぎゅうにゅう			こめ でんぷん さとう さといも かむ でんぷん さとう	あぶら
20	金	むぎごはん ぎゅうにゅう かぼちゃひきにくサンドフライ ゆずかあえ れんこんつくねじる	ぶたにく かつおぶし とりにく	ぎゅうにゅう	かぼちゃ ほうれんそう にんじん にんじん	たまねぎ はくさい ゆず れんこん だいこん こんにゃく しいたけ しょうが ねぎ	こめ むぎ こむぎこ パンこ でんぷん さとう	あぶら
23	月	とりごぼうピラフ ぎゅうにゅう にこみハンバーグ はなやさいのごまドレサラダ かぶりりやさいスープ チョコケーキ	とりにく ぶたにく とりにく ベーコン とうにゅう だいす	ぎゅうにゅう	にんじん トマト にんじん	ごぼう にんにく たまねぎ にんにく コーン かぶ たまねぎ はくさい	こめ こめこ でんぷん さとう じゃがいも さとう こめこ	あぶら ごま あぶら

【今月の行事】19日 石川県の郷土料理 20日 冬至 4年生校外学習

給食回数 16回

- ・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
- ・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
- ・材料等の都合により献立の変更がある場合があります。ご了承ください。
- ・毎月19日は「食育の日」として、教科と関連した献立が登場します。今月は18日に、1年生 国語「もののなまえ」よりいろいろな果物を使った献立を紹介します。



【給食の欠食について】

- 病気やけが等による長期(連続4日以上)の欠席または出席停止が見込まれる場合、保護者からの欠食の申し出をもって欠食を行うことができます。希望される場合は、申し出をお願いします。
- 欠食は、申し出日から6日目(土・日・祝日を含む)より対応可能です。