



# 令和6年12月 こんだてひょう



犬山市立東小学校

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
2	月	ごはん ぎゅうにゅう こんさいコロック ぶたにくとだいこんのもの こまつなときりほしだいこんのごまあえ	ぎゅうにゅう		にんじん にんじん こまつな	れんこん だいこん きりほしだいこん	こめ じゃがいも こめこ 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 あじのたつたあげ ごもくきんぴら とうにゅうみそしる	ぎゅうにゅう	あじ とりにく ちくわ とうふ あぶらあげ とうにゅう ミックスみそ	にんじん にんじん ねぎ	しょうが ごぼう こんにゃく グリンピース だいこん はくさい	こめ でんぷん さとう	あぶら ごま ごまあぶら あぶら
4	水	くろロールパン ぎゅうにゅう かぼちゃとツナのチーズ焼き チキンのトマトに みかん	ぎゅうにゅう	オイルツナ とりにく ベーコン	かぼちゃ にんじん トマト	コーン えだまめ たまねぎ にんにく みかん	くろロールパン じゃがいも マカロニ	ノンエッグマヨネーズ 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 ズンドウチゲ	ぎゅうにゅう	とりにく だいす とうふ ぶたにく	にんじん こまつな にら	にんにく もやし だいこん はくさい はくさいキムチ	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 さわらのおろしがけ はくさいのしおこんぶあえ いものこじる	ぎゅうにゅう	さわら しおこんぶ とうふ ぶたにく	にんじん にんじん ねぎ	だいこん はくさい ごぼう こんにゃく	こめ さとう さといも	さとう
9	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 とりにく うずらたまご あつあげ はんぺん あかみそ	にんじん ゆかりこ	だいこん こんにゃく キャベツ きゅうり	こめ こめこ でんぷん さといも さとう	あぶら
10	火	ごはん ぎゅうにゅう マッサル(ブックメニュー) チンゲンさいとたくあんのあえもの もちいりみそしる	ぎゅうにゅう	とりミンチ ぶたミンチ あぶらあげ ミックスみそ	ねぎ チンゲンさい にんじん ねぎ	しょうが きりほしだいこん だいこんづけ だいこん	こめ さとう さといも もち	あぶら ごま
11	水	むぎごはん ぎゅうにゅう ふゆやさいかレー りんごとハムのさっぱりサラダ ファイバーヨーグルト	ぎゅうにゅう	ぶたにく ハム	にんじん	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 しゅうまい はっほうさい だいこんのちゅうかサラダ	ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく ぶたにく いか うずらたまご	にんじん にんじん	たまねぎ はくさい たまねぎ たけのこ もやし ほししいたけ だいこん きゅうり きりほしだいこん コーン	こめ でんぷん さとう	あぶら ごまあぶら
13	金	ソフトめんのにくみそソース 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	ぎゅうにゅう	ぶたにく だいすミート ぶたレバー ちくわ あかみそ	にんじん こまつな にんじん	たまねぎ ほししいたけ グリンピース たまねぎ もやし	ソフトめん さとう でんぷん さとう こめこ さとう コンスターチ	あぶら あぶら あぶら
16	月	しょうがとぶたばらのませごはん ぎゅうにゅう だいすとごぼうのミンチかつ わふうポテトサラダ ふだまじる	ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく だいす	にんじん にんじん ねぎ	れんこん しょうが たまねぎ えだまめ えのきだけ	αかまい αかもちこめ パンこ じゃがいも まるふ	あぶら あぶら ノンエッグマヨネーズ
17	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ピピンパ にらまんじゅう はるさめスープ	ぎゅうにゅう	ぶたにく こうやどうふ ぶたにく とりにく	にんじん にら ねぎ にら にんじん ちんげんさい	たけのこ もやし にんにく キャベツ ほししいたけ	こめ むぎ さとう	ごまあぶら
18	水	クロスロールパン ぎゅうにゅう だいすいりナゲット ふゆやさいのクリームシチュー フルーツポンチ	ぎゅうにゅう	とりにく だいす とりにく しろいんげんまめペースト	にんじん	だいこん たまねぎ はくさい みかんかん おとうかん パチパチりんご ナタデココ	クロスロールパン でんぷん さつまいも こむぎこ	あぶら あぶら バター あぶら
19	木	ごはん ぎゅうにゅう ぶりのてりやき じぶに さつまいものぬた	ぎゅうにゅう	ぶり とりにく あつあげ しろみそ	にんじん いんげん	いしかわけんのりょうり だいこん ほししいたけ	こめ さとう でんぷん さといも かくふ でんぷん さとう さつまいも さとう	
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	ぎゅうにゅう	ぶたにく かつおぶし とりにく	かぼちゃ ほうれんそう にんじん にんじん	はくさい ゆず れんこん だいこん こんにゃく ほししいたけ しょうが ねぎ	こめ むぎ パンこ さとう さといも でんぷん	あぶら
23	月	ピラフ ぎゅうにゅう もみのきハンバーグ はなやさいのごまドレッシング はくさいとだいこんのコンソメスープ クリスマスデザート	ぎゅうにゅう	ウイナー とりにく	にんじん ブロッコリー にんじん	たまねぎ コーン グリンピース たまねぎ カリフラワー はくさい だいこん たまねぎ	αかまい さとう チョコレートムース	あぶら ごまドレッシング

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「ものの名まえ」より、「フルーツ」「冬野菜」など、言葉のまとまりに注目した献立が出ます。



### 【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。