

令和6年 12月

学校給食献立表

滑川町教育委員会

日付	献立			立			食 品 群			栄 養 量				
日	曜	スプ ン	主 食	牛乳	お か ず	汁 物	血や肉を作る	力や体温となる	身体の調子を整える	小エネ ルギー	小蛋 白質	中エネ ルギー	中蛋 白質	
2	月		ごはん		ソースかつどん 〔キャベツソテー ソースカツ〕	さつまじる	牛乳 鶏肉 味噌 ベーコン チキンカツ	白飯 さつま芋 油 三温糖	長葱 玉葱 人参 ごぼう キャベツ もやし 大根	618	24.6	797	29.7	
3	火		ごはん		ちくぜんに さばのおろしソース	とうふの みそしる	牛乳 鶏肉 豆腐 わかめ 味噌 さば竜田揚げ	白飯 里芋 油 蒟蒻 砂糖 きび砂糖	人参 長葱 玉葱 干し椎茸 ごぼう 蓮根 筍 大根 さやいんげん	596	23.3	778	28.4	
4	水		じごなうどん		ささかまのいそべあげ みかん	けんちん うどん	牛乳 鶏肉 油揚げ 笹かま 青のり	地粉うどん 蒟蒻 里芋 ごま油 小麦粉 油	ごぼう 干し椎茸 大根 人参 長葱 ほうれん草 みかん	628	25.4	782	32.0	
5	木		ごはん		すきやき あつやきたまご 中・カルシウムウエハース		牛乳 豚肉 焼き豆腐 厚焼き卵	白飯 蒟蒻 砂糖 油 カルシウムウエハース	人参 玉葱 白菜 長葱 春菊	610	25.4	810	31.2	
6	金	○	小・クロワッサン (4〜6ねん) 中・クロワッサン		あげパン ナムル (かんこくナムルドレッシング)	コーン スープ	牛乳 ベーコン きな粉 脱脂粉乳 生クリーム	コッパパン 砂糖 クロワッサン 油 バター ジャが芋 ドレッシング	玉葱 人参 胡瓜 コーンペースト コーン パセリ もやし 小松菜	655	23.4	784	27.2	
9	月		ごはん		にくじゃが ぶりのたつたあげ	だいこんの みそしる	牛乳 豚肉 豆腐 味噌 油揚げ わかめ ぶり竜田	白飯 ジャが芋 油 蒟蒻 三温糖	大根 人参 玉葱 長葱 さやいんげん	640	25.7	802	29.9	
10	火	○	ごはん		しおマーボーとうふ あげぎょうざ		牛乳 豚肉 豆腐 餃子	白飯 ごま油 油 澱粉	人参 玉葱 長葱 にんにく 生姜 筍 干し椎茸 にら	623	23.0	825	28.9	
11	水				ふれあい弁当の日									
12	木	○	ごはん		やきにくどん 中・ねぎみそパオズ	トック スープ	牛乳 豚肉 鶏肉 ねぎ味噌パオズ	白飯 トック 油 ごま油 きび砂糖 ごま 澱粉	干し椎茸 生姜 人参 玉葱 大根 長葱 チンゲン菜 もやし にんにく 青ピーマン	619	23.5	894	34.5	
13	金	○	むぎごはん		ブロッコリーサラダ (マヨネーズ)	チキン カレー	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 豚レバーチップ シュレッドチーズ	麦ご飯 ジャが芋 油 きび砂糖 マヨネーズ	にんにく キャベツ 玉葱 生姜 コーン ブロッコリー 人参	659	21.9	857	26.8	
16	月	○	ごはん		ごもくめ チキンマスタードやき のりふりかけ	どさんこ じる	牛乳 豚肉 豆腐 味噌 凍り豆腐 大豆 昆布 竹輪 のりふりかけ チキンマスタード焼	白飯 蒟蒻 油 きび砂糖 じゃが芋	にんにく もやし 人参 玉葱 長葱 コーン ごぼう 干し椎茸	621	28.3	782	33.0	
17	火		ごはん		たららのやさいあんかけ さいのくになっとう	いものこ じる	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ 彩の国納豆 味噌 たら澱粉付き	白飯 里芋 油 きび砂糖	人参 大根 長葱 ぶなしめじ もやし 玉葱 生姜 青ピーマン	627	30.1	801	35.5	
18	水	○	バター コッパパン		インディアンスパゲッティ (クラスこなチーズ) フルーツボンチ		コービー牛乳 豚レバーチップ 豚肉 ソーセージ ハルメザンチーズ	バターコッパパン スパゲッティ 油 ナタデココ きび砂糖 カットいちごゼリー	人参 玉葱 セロリー にんにく 青ピーマン マッシュルーム水煮 パイン缶 りんご缶	595	18.9	838	25.4	
19	木	○	むぎごはん		ボパイサラダ (ちゅうかドレッシング)	マグレブ ふう とりにくの にこみ	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳	麦ご飯 油 ごま ドレッシング	玉葱 にんにく 人参 キャベツ ほうれん草 赤ピーマン セロリー マッシュルーム水煮 カットトマト コーン	621	22.9	809	28.1	
20	金	○	わかめごはん		《クリスマスこんだて》 カラフルサラダ (かんきつドレッシング) もみのきハンバーグ クリスマスケーキ	マカロニ スープ	牛乳 鶏肉 もみの木型ハンバーグ	わかめご飯 油 マカロニ きび砂糖 ドレッシング サントさんのチョコケーキ	人参 玉葱 コーン もやし ほうれん草 キャベツ にんにく 南瓜 胡瓜 赤ピーマン りんごビュレ 生姜	623	21.8	804	27.3	
14回								平均栄養量			624	24.2	812	29.9
※材料入荷の都合により献立を一部変更することがあります。							栄養基準量			650	18〜32	830	25〜40	

※材料入荷の都合により献立を一部変更することがあります。

12月を迎え、今年も残すところあと1ヶ月になりました。気温もぐっと下がり、寒さが増してきましたが、風邪に負けず、元気に過ごしたいものです。手洗いうがいなどの予防を忘れず、過ごしましょう。

17日 彩の国なっとう

埼玉県産大豆「里のほほえみ」を使用した納豆です。通常の納豆より粒が大きいのが特徴で、大豆のうまみを感じられるおいしい納豆です。

よく練ってからたれを加えると、粘り気のある納豆になりますので、ぜひ試してみてください。

19日 マグレブ風鶏肉の煮込み

「マグレブ」とは、北アフリカの3か国(モロッコ・アルジェリア・チュニジア)の地名です。

こちらの地域では「ラスエルハヌート」というその店の人が作ってくれる最良のスパイスという意味があるミックススパイスをいろいろな料理に使っています。「ラスエルハヌート」には10種類くらいのスパイスが入っています。

祝2周年

11月29日(金)で、給食のご飯全てが『谷津田米』になってから2年になりました!

『谷津田米』は、なだらかな丘陵地の間に広がる「谷津田」で、ため池の水を利用して作られたお米です。滑川町では、この「谷津沼農業」による米作りが続けられており、令和4年度日本農業遺産に認定されました。

また、令和3年11月23日の新嘗祭(にいなめさい)では、皇室献上米に選ばれ『谷津田米』が献上されました。

学校給食では、「滑川町谷津田米生産者組合」の皆さんのご協力により、令和4年11月29日から、給食のご飯は全て『谷津田米』を使用することができています。

ぜひ、感謝の気持ちを持ち、美味しい『谷津田米』を味わってください。



滑川町(スズコト)キャベツ・タマネギ