



れ い わ ね ん が つ が っ こ う き ゅ う し ゅ く よ て い こ ん だ て ひ ょ う

令和6年12月 学校給食予定献立表



おおさきがっこうきゅうしよく
大崎学校給食センター

こん げつ きゅうしよくめくしきょう
今月の給食目標



かん しゃ た
感謝して食べよう！

*地場産物（広島県産）については、太字にしています。
*栄養価は基準として、小学校3、4年生の量で記載しています。
*物資の都合で、献立を変更することがあります。ご了承ください。
*これまでお召さんが食べたことのない食べ物が出ている場合は、
 念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておくなど、ご配慮ください。

日	曜日	献立名	主な使用材料						栄養価 (kcal)
			赤		緑		黄		
			血や肉になる食品		体の調子を整える食品		熱や力になる食品		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			肉・魚・鶏・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻類	緑黄色野菜	その他の野菜・果実類	穀物・芋類・砂糖類	油脂類・塩類・糖実類	
2	月	中華丼 牛乳 白菜のナムル	豚肉 かまぼこ うずら卵	牛乳	にんじん 小松菜 チンゲン菜	玉ねぎ たけのこ 白菜 干しいたけ	米 砂糖 片栗粉	米油 ごま油 白ごま	546 1.7
3	火	ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 ピリ辛大根	豚肉	牛乳 茎わかめ	にんじん さやいんげん	玉ねぎ 大根	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉	米油 ごま油 白ごま	533 1.5
4	水	サーモン&レモンマヨソース ブロッコリーのゆかり和え きのこスープ	鮭 鶏肉	牛乳	にんじん ブロッコリー	もやし えのきたけ しめじ ししいたけ レモン	米	マヨネーズ オリーブ油	598 1.2
5	木	ごはん 牛乳 シーチキン焼き ビーフンスープ さつまいもスティック	ツナ	牛乳 チーズ	にんじん チンゲン菜	玉ねぎ とうもろこし	米 ビーフン さつまいも	マヨネーズ	592 1.7
6	金	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ 1年生の元気もりもりサラダ	鶏肉 卵 高野豆腐 ハム	牛乳 昆布	にんじん ねぎ トマト	玉ねぎ 干しいたけ キャベツ きゅうり とうもろこし	米 じゃがいも 砂糖	米油 ごま油	558 1.2
9	月	ごはん 牛乳 煮ごめ いとかま和え かき柿	☆広島産郷土料理「煮ごめ」 小豆 みそ かまぼこ	牛乳	にんじん	大根 れんこん ごぼう 板こんにゃく キャベツ 干しいたけ 柿	米 里いも 砂糖		516 1.2
10	火	ごはん 牛乳 豚肉とレバーのかりん揚げ 白菜の刻み漬け お吸い物	☆かみかみデー 豚肉 鶏レバー 豆腐	牛乳 昆布	にんじん	白菜 玉ねぎ えのきたけ たけのこ レモン	米 薄力粉 片栗粉	サラダ油	600 1.2
11	水	ごはん 牛乳 ぶり大根 豚汁	ぶり 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	大根 生姜 玉ねぎ ごぼう	米	米油 バター 白ごま ごま油 マヨネーズ	613 1.5
12	木	ロールパン 牛乳 ビーフシチュー ひじきのごまネーズ和え りんご	★パンの日 牛肉 鶏肉	牛乳 干しひじき	にんじん トマト ブロッコリー	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ れんこん りんご	ロールパン じゃがいも 薄力粉 砂糖	米油 バター 白ごま ごま油 マヨネーズ	620 1.9
13	金	かき飯 牛乳 卵の花炒り ほうれん草のみそ汁	かき おから 鶏肉 ちくわ 油揚げ みそ	牛乳	にんじん 小松菜 ほうれん草	玉ねぎ 干しいたけ しめじ 糸こんにゃく	米 砂糖 じゃがいも	ごま油	522 1.9
16	月	ごはん 牛乳 ジャークチキン 白菜のレモン風味 春雨スープ	☆ジャマイカの郷土料理「ジャークチキン」 鶏肉	牛乳	にんじん チンゲン菜	玉ねぎ 白菜 とうもろこし もやし レモン	米 砂糖 春雨		575 1.8
17	火	ごはん 牛乳 肉うどん 噛みってる！GOGO炒め	☆ひろしま給食 牛肉 かまぼこ 豚肉 みそ	牛乳	にんじん ねぎ さやいんげん	玉ねぎ ごぼう 板こんにゃく	米 干しうどん 砂糖	ごま油 白ごま	538 1.8
18	水	冬野菜カレーライス 牛乳 れんこんサラダ みかん	豚肉 ツナ	牛乳	にんじん 小松菜 ブロッコリー	かぶ カリフラワー れんこん とうもろこし みかん	米 麦 じゃがいも	米油 マヨネーズ 白ごま	651 1.5
19	木	ごはん 牛乳 さばの塩焼き ゆず香和え お月様のかぼちゃ汁	☆町内統一献立「お月様のかぼちゃ汁」 ☆冬至献立 さば 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ねぎ かぼちゃ	大根 白菜 玉ねぎ ゆず	米	白ごま	602 1.2
20	金	ごはん 牛乳 厚揚げのコロコロマーボー パンサンスー	厚揚げ 豚肉 みそ 鶏肉 卵	牛乳	にんじん ねぎ	玉ねぎ きゅうり 干しいたけ	米 砂糖 片栗粉 春雨	米油 ごま油	570 1.3
23	月	ごはん 牛乳 一口から揚げ お星さまのサラダ カリフラワーの中華スープ クリスマス大福	☆クリスマス献立 鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ	小松菜 にんじん チンゲン菜	白菜 カリフラワー しめじ	米 片栗粉 薄力粉 クリーム大福	サラダ油 オリーブ油	746 1.4