

令和3年度 12月 給食献立表

小城市学校給食センター

日 (曜)	献立名	献立材料名 太字:小城の食材						栄養価 エネルギー (小学校) エネルギー (中学校)	学校行事 アレルギー特定原材料7品目 を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生)	
		(赤) 主に体を作るものになる		(緑) 主に体の調子を整えるものになる		(黄) 主にエネルギーのものになる				
		1群 卵・肉・魚・大豆	2群 牛乳・海藻・ 小魚	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・ 果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			調味料等
1 水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		622	牛乳(乳) いわしの梅煮(小麦)	
	いわしの梅煮	いわしのうめ								
	しらすのマヨネーズあえ			にんじん ほうれんそう	きゅうり しらす レモン		ごま マヨネーズ	しょうゆ みりん	747	
	豆腐とわかめのすまし汁	とうふ かまぼこ	わかめ	ねぎ	たまねぎ しいたけ			しょうゆ さけ しお かつおこんぶだし		
2 木	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう			しよくパン			牛乳(乳) 食パン(小麦 乳)	
	メンチカツ	メンチカツ					あぶら	ソース	612	メンチカツ(小麦) イタリアンドレッシング(小麦 乳)
	イタリアンサラダ			あかピーマン	きゅうり たまねぎ キャベツ きピーマン			イタリアン ドレッシング こしょう		
	キャロットポタージュ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ	でんぶん じゃがいも	あぶら なまクリーム	ホワイトルウ しお こしょう ワイン コンソメ	831	ホワイトルウ(小麦 乳) コンソメ(小麦 乳) 生クリーム(乳) 牛乳(乳)
3 金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			牛乳(乳)	
	鶏の甘酢あん	とりにく			りんご しょうが	でんぶん	あぶら	さけ しお しょうゆ こしょう ケチャップ す みりん	728	
	大豆とひじきのごま煮	だいず さつまあげ	ひじき	きぬさや	ごぼう	さとう	あぶら ごま	さけ しょうゆ しお みりん かつおだし	848	
	小城の冬野菜みそ汁	あつあげ みそ		ねぎ	だいこん はくさい	さつまいも さといも		にぼしだし		
6 月	減量ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			牛乳(乳)	
	中華混ぜごはんの具	とりにく			しょうが しいたけ たけのこ えだまめ	さとう はちみつ	ごまあぶら	さけ しょうゆ みりん トウバンジャン	618	
	揚げ豚と肉団子の甘ダレかけ	にくだんご ぶたにく		チンゲンサイ	しょうが にんにく れんこん ごぼう	さとう でんぶん こめこ	あぶら	さけ しお こしょう みりん しょうゆ	805	
	わかめスープ	ちくわ とうふ	わかめ	にんじん	たまねぎ えのきたけ		ごま	しょうゆ しお とりがらだし さけ こしょう ちゅうかあじ		
7 火	食パン 牛乳		ぎゅうにゅう			しよくパン			牛乳(乳) 食パン(小麦 乳)	
	焼肉サンドの具	ぶたにく みそ			たまねぎ しょうが にんにく	さとう	あぶら	しお さけ しょうゆ みりん	614	
	コーンサラダ			あかピーマン	きゅうり キャベツ コーン	さとう	オリーブ あぶら	しお くるこしょう す	814	
	ポトフ	ウインナー		にんじん グリーンピース	だいこん れんこん しめじ	じゃがいも	あぶら	コンソメ ワイン しお こしょう しょうゆ ポーク&チキンスープ		
8 水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			晴田小6年なし 牛乳(乳)	
	さばのごま照り焼き	さば			しょうが	さとう でんぶん	ごま	さけ しょうゆ みりん	680	
	冬野菜の炒め物	ツナ		ブロッコリー こまつな さやいんげん	しめじ		あぶら	しお くるこしょう しょうゆ	821	
豚汁	ぶたにく みそ あつあげ		にんじん ねぎ	だいこん こんにやく	さつまいも	あぶら	にぼしだし さけ			
9 木	黒糖パン 牛乳		ぎゅうにゅう			こくとうパン			晴田小6年なし 牛乳(乳) 黒糖パン(小麦 乳)	
	焼きちゃんぽん	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ キャベツ もやし きくらげ コーン	ちゃんぽん	あぶら	ポーク&チキンスープ ちゅうかあじ しょうゆ けいんとん さけ しお こしょう	647	
	ギョーザ	ぎょうざ							餃子(小麦)	
	甘酢和え	とりにく		にんじん	だいこん きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら	しょうゆ す	886	
10 金	麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			むぎごはん			牛乳(乳)	
	ハヤシライス	ぎゅうにく		にんじん トマト	たまねぎ エリンギ	じゃがいも	あぶら	ハヤシルウ ケチャップ ワイン ソース しお こしょう	686	
	りっちゃんの元気サラダ	ベーコン かつおぶし	きざみこんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり きピーマン	さとう		おふうドレッシング	815	
	小城のみかん				みかん					
13 月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん			牛乳(乳)	
	おでん煮	とりにく あつあげ つくね うずらたまご		にんじん きぬさや	だいこん こんにやく	さといも じゃがいも さとう	あぶら	さけ しお しょうゆ みりん かつおこんぶだし	626	
	小城ゆず昆布和え		しおこんぶ	にんじん	きゅうり はくさい ゆず		ごま	しょうゆ	754	
	1食のり		のり							

※学校行事は変更になる可能性があります。

※アレルギー表示について

アレルギー特定原材料7品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)を表示しています。

調味料のしょうゆ・酢の原料に小麦が使用されていますが、表示していません。

コンタミネーション等についても表示しておりません。

小城産の食材を太字で紹介しています。

12月

地場産物の紹介

小城産

・**ごはん**(夢しずく) ・**ねぎ** ・**きゅうり** ・**だいこん** ・**さつまいも**
・**さといも** ・**はくさい** ・**にんじん** ・**じゃがいも** ・**みかん** ・**たかなづけ**



早寝 早起き
朝ごはん
みそ汁食べて
元気に登校!

令和3年度 12月 給食献立表

小城市学校給食センター

日 (曜)	献立名	献立材料名 太字:小 Cityの食材						栄養価	学校行事			
		(赤) 主に体を作るものになる		(緑) 主に体の調子を整えるものになる		(黄) 主にエネルギーのもとになる						
		1群 卵・肉・魚・大豆	2群 牛乳・海藻・小魚	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			調味料等		
14 火	背割りコッペパン 牛乳		ぎゅうにゅう				コッペパン		573	アレルギー特定原材料7品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生)		
	白身魚の香草フライ	しるみぎかな こうそうフライ						あぶら				
	チキンと三色野菜サラダ	とりにく	わかめ		きゅうり キャベツ もやし きピーマン			かんきつドレッシング こしょう				
	ラビオリのスープ	ぶたにく ラビオリ		にんじん ほうれんそう	たまねぎ	じゃがいも	あぶら	とりがらだし ワイン しお しょうゆ こしょう			772	ラビオリ (小麦)
15 水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		694	牛乳 (乳)		
	鶏肉のみそかけ	とりにく むぎみそ			にんにく しょうが	こめこ さとう でんぶん	あぶら	みりん さけ しょうゆ				
	洋風おから炒め	ぶたにく おから	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん こねぎ	たまねぎ	さとう	あぶら	さけ しょうゆ			843	チーズ (乳) 牛乳 (乳)
	にら卵汁	たまご かまぼ こ		にら	たまねぎ しいたけ	でんぶん		しょうゆ しお かつおこんぶだし			卵 (卵)	
16 木	ロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう				ロールパン		695	牛乳 (乳) ロールパン (小麦 乳) スパゲティ (小麦)		
	ミートスパゲティ	ぶたにく とりにく		にんじん ピーマン トマ ト	たまねぎ にんにく エリンギ	スパゲティ さとう	オリーブあぶら	ワイン ケチャップ ソース しお こしょう				
	さつまいもとブロッコリーの サラダ			にんじん ブロッコリー	えだまめ	さつまいも じゃがいも	マヨネーズ	しお こしょう			866	
	さがみかんゼリー					さがみかん ゼリー						
17 金	減量ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		601	牛乳 (乳) たかな漬 (小麦)		
	高菜と鮭ごはんの具	さけ			たかなづけ		ごま ごまあぶら	さけ しょうゆ みりん				
	筑前煮	とりにく		にんじん きぬさや	れんこん ごぼう こんにやく しいたけ	さといも さとう	あぶら	しお しょうゆ みりん			736	
	まごわやさしいみそ汁	あつあげ みそ	わかめ	にんじん ねぎ	しめじ たまねぎ	じゃがいも	ごま	にほしだし				
20 月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん		608	牛乳 (乳)		
	さばのゆう庵焼き	さば			ゆず	さとう でんぶん		さけ しょうゆ みりん				
	白菜とほうれん草の 煮浸し	あぶらあげ かつおぶし		ほうれんそう にんじん	はくさい	さとう		しょうゆ みりん かつおだし			728	
	すりれんこんのみぞれ汁	とうふ		にんじん こまつな	れんこん ごぼう だいこん しいたけ しょうが			さけ しお しょうゆ にほしだし				
21 火	コッペパン 牛乳		ぎゅうにゅう				コッペパン		601	牛乳 (乳) コッペパン (小麦 乳) トマトオムレツ (卵 小麦)		
	ブルーベリージャム						ブルーベリー ジャム					
	トマトオムレツ	トマトオムレツ										
	ごぼうサラダ				ごぼう きゅうり キャベツ えだまめ		ごまあぶら	しお ごまドレッシング				
	冬野菜のクリームシチュー	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	だいこん たまねぎ はくさい しめじ	でんぶん	なまクリーム あぶら	ホワイトルウ しお こしょう ワイン とりがらだし コンソメ			790	
クリスマススムース (幼のみ)						クリスマス スムース		21日のスムースは小麦・卵・乳のアレルギートンがないものを使用します。				
22 水	麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				むぎごはん		706	晴田幼なし 牛乳 (乳) カレールウ (小麦 乳)		
	ビーフカレー	ぎゅうにく だいず		にんじん	たまねぎ にんにく りんご	じゃがいも	あぶら	カレールウ ケチャップ ワイン ソース しお こしょう				
	さっぱりレモンハム サラダ	ロースハム		こまつな にんじん	キャベツ きゅうり レモン	さとう	オリーブ あぶら	しょうゆ す くるこしょう			877	
クリスマスケーキ (小・中のみ)						クリスマス ケーキ		22日のケーキは小麦・卵・乳のアレルギートンがないものを使用します。				
23 木	ミルクパン 牛乳		ぎゅうにゅう				ミルクパン		632	晴田幼、桜岡小、三里小なし ミルクパン (小麦 乳) 牛乳 (乳) ハンバーグ (乳 小麦) チーズ (乳)		
	焼きピザハンバーグ	ハンバーグ	チーズ		たまねぎ	さとう		ピザソース ソース ワイン ケチャップ				
	コーンポテト			パセリ にんじん	コーン	じゃがいも	バター	しお こしょう				
	野菜スープ	ウインナー		にんじん ほうれんそう	はくさい たまねぎ セロリ		あぶら	とりがらだし しょうゆ しお しょうゆ ワイン			861	
								23日のウインナーは乳のアレルギートンがないものを使用します。				

※学校行事は変更になる可能性があります。

※アレルギー表示について

アレルギー特定原材料7品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)を表示しています。
調味料のしょうゆ・酢・こしょうの原料に小麦が使用されていますが、表示していません。
コンタミネーション等についても表示していません。

佐賀でとれるやさしいには、大地のめぐみがたくさんつまっているよ。
栄養満点!



12月

地場産物の紹介
佐賀県産

パン ・牛乳 ・豚肉 ・大豆 ・しょうゆ
みそ ・にら ・れんこん

早寝 早起き
朝ごはん
みそ汁食べて
元気に登校!