

令和6年12月 給食献立表 松島中学校

日	曜	主食	牛乳	おかず	材料			エネルギー たんぱく質
					主にエネルギーになる	主に体の組織をつくる	主に体の調子を整える	
2	月	チーズミートパン (食材スキャン)		クリームチーズ ひじきマヨネーズ	クリームチーズ ひじき	たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	754 32.8	
3	火	ひじきごはん		ホホの天玉揚げ 小松菜ごまあえ うどん汁	鶏肉 あげ 大豆 牛乳 かまぼこ ホホの天ぷら かつおぶし ひじき	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	823 30.3	
4	水	麦ごはん		W鶏の唐揚げ甘辛だれ 白玉汁 みかん	牛乳 鶏肉 苦丁のLバー電田揚げ わかめ	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	841 31.4	
5	木	食パン		ちりめんアスタ ほうれん草サラダ 手作りのカステラ	牛乳 ベーコン ちりめん あさり 卵	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	736 28.4	
6	金	ポーカカレーライス		ツルーツヨーグルト	豚肉 牛乳 ヨーグルト	たまねぎ じゃがいも クリンピース みかん パイン バナナ	889 24.2	
9	月	白ごはん		魚の香味揚げ かつおあえ 豆腐のみそ汁	牛乳 赤魚切身 かつおぶし 豆腐 わかめ あげ みそ	たまねぎ じゃがいも えのきたけ だいこん	745 31.3	
10	火	シュートリン		ポテトスー マカロニサラダ イチゴジャム	牛乳 ベーコン ワインソー ハム	たまねぎ じゃがいも パセリ しめじ コーン ケチャップ きゅうり	723 24.6	
11	水	鶏子丼		マヨネーズあえ	鶏肉 卵 かまぼこ 牛乳 ちくわ	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	827 32.6	
12	木	丸パン		ハンバーグ チョコソース 三色温野菜 オニオンソース	牛乳 ステーロハソバーク ベーコン	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	734 29.5	
13	金	白ごはん		キムチ鍋 ちやしのごまあえ 一食納豆	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 納豆	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	762 32.5	
16	月	とりのぼろごはん		かねあげ 干草焼き けんちん汁	鶏肉 牛乳 豆腐 干草焼き	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	761 20.9	
17	火	オレオバナナサンド		ホークビーンズ レタスサラダ	クリーム 牛乳 豚肉 大豆 ベーコン	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	796 30.5	
18	水	麦ごはん		麻婆豆腐 バナナソース	牛乳 豆腐 豚肉 ハム 卵	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	840 34.8	
19	木	コッパパン		白菜クリーム煮 ツナサラダ イチゴジャム	牛乳 鶏肉 びきえび ベーコン ハム ツナ	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	753 32.7	
20	金	麦ごはん		南瓜のそぼろ煮 ちくわの煮付け 即席揚げ	牛乳 鶏肉 厚揚げ ちくわ	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	766 32.6	
23	月	カレー風味ごはん		クリスマスチキン レタス コンソメスープ	牛乳 鶏肉 ベーコン	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	823 25.5	
24	火	ミルクパン		年越し中華そば チキンサラダ セレクトカツステーキ	牛乳 豚肉 とりさき身チキン 大豆	じゃがいも たまねぎ じゃがいも クリンピース ケチャップ	778 31.9	

二学期の給食も残りわずかとなりました...

- 準備・かたづけはスムーズにできましたか?
- 当番の服装は完ぺきでしたか?
- 嫌いなものも努力して食べましたか?
- 食事のマナーを守れましたか?

(O)食材スキャン給食

2(月)と3(月)の給食

今月も、賞味期限が迫った食材を活用し



☆クリスマスメニュー☆

- 19(木) シュートリン (ドイツのクリスマス菓子)
本来は、ドライフルーツやナッツ、バターを練り込んだ生地を
発酵させて焼き上げた、ずっしりと重い伝統的お菓子です。給食
ではコッパパンで見た目を似せて作ります。
- 23(月) クリスビーチキン
国産若鶏むね肉のナゲットのようなフライドチキンです。
- 24(火) セレクトステーキ (11月に予約したカツステーキ
が出てきます。お楽しみに!)

★手作りメニュー★

- 2(月) チーズミートパン
- 5(木) カステラ
- 10(月) シュートリン
- 16(月) かねあげ
- 17(火) オレオサンド

