

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	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	エネルギー たんぱく質
2	月	チーズミートパン (食材レスキュー)	④	クラムチャウダー ひじきマヨサラダ	コッペパン 砂糖 油 ジャガイモ マカロニ 小麦粉 マヨリ	若ヒのレバー 鶏肉 牛乳 あさり むきえび クリームソナ	だまねきにんじん にんにく グリンピース キャベツ	754 32.8	
3	火	ひじきごはん	④	ホキの天玉揚げ 小松菜ごまあえ	米砂糖油 ごまうどん麺 うどん汁	鶏肉 あげ 大豆 牛乳 かまぼこ ホキの天ぷら かつおぶし	ひじき にんじん ごぼう もやし グリンピース ごまつなねぎ	823 30.3	
4	水	麦ごはん	④	W鶏の唐揚げ甘辛だれ 白玉汁 みかん	米麦小麦粉 でんぶん油 砂糖 ごま 白玉餅	牛乳 鮭肉 味とりレバー電鉄揚げ わかめ	にんにく しょうが たまねぎ にら えのきだけ ねぎ にんじん	841 31.4	
5	木	食パン	④	おりめん草サラダ 手作り力ステラ	食パン 加ヶ谷オーブ油 マヨリオーブ油 ミックス粉 はちみつ	牛乳 ベーコン ちのめんあさり 卵	プロッコリ たまねぎ にんじん ほうれん草 しめじ エリンギ	736 28.4	
6	金	ポークカレーライス	④	フルーツヨーグルト	米麦じゅかいも油	豚肉 牛乳 ヨーグルト	たまねぎ にんじん コーン 豆漿 グラニュー糖	889 24.2	
9	月	白ごはん	④	魚の香味揚げ かつおあえ 豆腐のみそ汁	米でんぶん油	牛乳 赤魚切身 かつおぶし 豆腐	白菜 きゅうり にんじん ねぎ わかめ あげ みそ	745 31.3	
10	火	シユトレーン	④	ボテトスープ マカロニサラダ イチゴジャム	コッペパンアモンドくるみ セガリ 黒砂糖砂糖油 シロップ 米麦でんぶん砂糖	牛乳 ベーコンウインナー ハム	たまねぎ にんじん バナナ えのきだけ にんにく とうがらし	723 24.6	
11	水	親子丼	④	一食納豆	丸パン砂糖バター油	牛乳 スクールパンバーグ	白菜 きゅうり にんじん ねぎ バーコン パセリ キャベツ コーン	734 29.5	
12	木	丸パン	④	三色温野菜 オニオングラウンド	マガジン ジュガード カカオナッツオーテト オーブ油	牛乳 脇肉 豆腐	キムチ 白菜 もやし にら にんにく ショウガ たまねぎ きゅうり ミルボア	827 32.6	
13	金	白ごはん	④	ちやしのごまあえ	米麦砂糖でんぶん油	鶏肉 卵 かまぼこ 牛乳 ちくわ	にんじん ねぎ しいたけ キャベツ きゅうり	762 32.5	
♪郷土料理の日♪		16	月	とりごぼうごはん	かねる竹 千草焼き けんちん汁	米麦砂糖さつまいも油 ホームケーキミックスでんぶん こんにゃく さといち	牛乳 牛肉 豆腐 千草焼き	フロッコリ にんじん たまねぎ パセリ キャベツ コーン	796 20.9
17	火	オレオバナナサンド	④	ポークピーンズ レタスサラダ	オリーブ油 オレオでんぶん	クリーム 牛乳 脇肉 大豆 ベーコン	ハナナ たまねぎ にんじん コーン いんげん レタス きゅうり キャベツ	305	
18	水	麦ごはん	④	パンサンスター	米麦砂糖でんぶん油 ほるさめごま油	牛乳 豆腐 脇肉 ハム 卵	たまねぎ にんじん しょうが にんにく しいたけ にら もやし きゅうり	840 34.8	
19	木	コッペパン	④	白菜クリーム煮 ツナサラダ イチゴジャム	コッペパン ジャガイモ マカロニ セガリ 小麦粉油 砂糖 オリーブ油	牛乳 脇肉 むきえび ベーコン ハム ツナ	白菜 にんじん しめじ たまねぎ きゅうり キャベツ 練りごしジャム	753 32.7	
20	金	麦ごはん	④	南瓜のそぼろ煮 ちくわの煮付け	米麦 こんにゃく 砂糖油	牛乳 脇肉 扇揚げ ちくわ	かぼちゃ しょうが にんじん クリンビース たまねぎ 白菜	766 32.6	
23	月	カレー風味ごはん	④	クリスピーチキン コンソメスープ	米麦 こんにゃく 砂糖油 でんぶん ジャガイモ オーブ油	牛乳 脇肉 ベーコン	レタス たまねぎ にんじん パセリ	823 25.5	
24	火	ミルクパン	④	年越し中華そば チキンサラダ セレクトカッブケーキ	ミルクパン チャンポン麺 ごま油 油 カッブケーキ	牛乳 脇肉 とりささ身 チャンク 大豆	コーン キャベツ もやし ねぎ にんじん きくらげ にら レタス	778 31.9	

二学期の給食も残りわずかと なりました...

- 準備・かたつけはスムーズにできましたか?
- 当番の服装は完璧でしたか?
- 嫌いな方も努力して食べましたか?
- 食事のマナーを守れましたか?

(10) 食材レスキュー給食

今月も、賞味期限が迫った食材を活用しま

★クリスマスマニュ

- 19(木) シュトレーン(ドイツのクリスマス菓子)
本菜は、ドライフルーツやナツツ、バターを練り込んだ生地を
発酵させて焼き上げた、すっかりと重い伝統的お菓子です。給食
ではコッペパンで見た目を似せて作ります。

23(月) クリスピーチキン

国産若鶏さね肉のナゲットのようなフライドチキンです。
24(火) セレクトカッブケーキ(11月に予約したカッブケーキ
が出てきます。お楽しみ!)

★手作りメニュー

- 2(月) チーズミートパン
5(木) カステラ
10(火) シュトレーン
16(月) がねあげ
17(火) オレオサンド