



# 12月 こんだて 予定表



※都合により献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。 鳥羽市学校給食 答志共同調理場

日	曜日	献立名	赤の食品(1・2群) あかのしょくひん ぐん おもに体をつくる	緑の食品(3・4群) みどりしょくひん ぐん おもに体の調子を整える	黄の食品(5・6群) きょしょくひん ぐん おもにエネルギーになる	調味料・その他 ちょうみりょう た
1	木	むぎごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい だいずとじゃこのあげに	ぎゅうにゅう ぶたにく いか だいず <b>ちりめんじゃこ</b>	にんじん たけのこ たまねぎ はくさい もやし しょうが ねぎ	こめ むぎ あぶら ごまあぶら かたくりこ ごま さとう	とりがらスープのもと みりん しお しょうゆ こしょう
2	金	むぎごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき ぶたにくとだいこんのもの <b>とぼみかん</b>	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく あつあげ さつまあげ	だいこん にんじん こんにやく <b>とぼみかん</b>	こめ むぎ	しょうゆ さけ みりん かつおけずりぶし
5	月	ごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう カレーうどん だいこんサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ ねぎ だいこん きゅうり キャベツ	こめ うどん あぶら カレールー マヨネーズ	かつおけずりぶし しょうゆ カレーこ
6	火	むぎごはん ぎゅうにゅう さばのしおやき じゃがいものそぼろに	ぎゅうにゅう さば とりにく	にんじん たまねぎ さやいんげん こんにやく	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	しょうゆ さけ みりん
7	水	こくとうパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ ほうれんそうとベーコンのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン だいず	にんじん しめじ たまねぎ ほうれんそう キャベツ コーン	こくとうパン あぶら さとう かたくりこ マヨネーズ	コンソメ ケチャップ ソース しょうゆ しお こしょう ワイン
8	木	ビビンバ ぎゅうにゅう わかめとたまごのスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ たまご <b>わかめ</b> ヨーグルト	しょうが にんじん もやし ほうれんそう	こめ むぎ さとう ごまあぶら ごま かたくりこ	しょうゆ みりん す トウバンジャン しお とりがらスープのもと
9	金	むぎごはん ぎゅうにゅう かつおのピリからあえ ぶたじる	ぎゅうにゅう かつお ぶたにく みそ	にんじん だいこん ごぼう はくさい ねぎ しょうが もやし	こめ むぎ さとも かたくりこ あぶら さとう ごま	にぼし しょうゆ さけ す みりん
12	月	チキンクリームライス ぎゅうにゅう ツナサラダ	ぎゅうにゅう とりにく こなチーズ まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん パセリ キャベツ きゅうり コーン	こめ バター あぶら ごまドレッシング こむぎこ	コンソメ しお こしょう ワイン
13	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとさとものみそいため かきたまじる	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ とうふ たまご みそ	にんじん こんにやく はくさい えのきたけ ほうれんそう	こめ むぎ かたくりこ さとも さとう あぶら	しょうゆ しお さけ みりん
14	水	あげパン ぎゅうにゅう ポトフ キャベツとチーズのサラダ	ぎゅうにゅう きなこ ウインナー チーズ	にんじん だいこん たまねぎ きゅうり コーン	コッペパン あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ	しお コンソメ こしょう しょうゆ
15	木	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくとはるさめのスープに わふうサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ	にんにく にんじん もやし はくさい キャベツ きゅうり	こめ むぎ はるさめ ごまあぶら かたくりこ あぶら さとう	とりがらスープのもと す しょうゆ みりん
16	金	むぎごはん ぎゅうにゅう ポークカレー フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんにく にんじん たまねぎ みかん レモンかじゅう りんごピューレ パイン	こめ むぎ じゃがいも カレールー	ワイン カレーこ コンソメ ソース
19	月	むぎごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとし ごもくきんぴら <b>あまとまちゃん</b>	ぎゅうにゅう とりにく こうやどうふ たまご まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ しめじ さやいんげん ごぼう れんこん こんにやく <b>あまとまちゃん</b>	こめ むぎ かたくりこ さとう ごまあぶら ごま	さけ かつおけずりぶし しょうゆ みりん
20	火	ゆかりごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう にくうどん かきあげ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ <b>あおさ</b> たまご えび	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ あかじそ	こめ うどん こむぎこ さつまいも あぶら	かつおけずりぶし さけ しょうゆ みりん しお
21	水	バターロール ぎゅうにゅう チキンのハーブやき ブロッコリーのチャウダー デザート	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく	にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン	バターロール こむぎこ マヨネーズ バター デザート	コンソメ ワイン しお こしょう パセリ
22	木	むぎごはん ぎゅうにゅう しゅうまい キャベツうましおあえ とうじみそしる <b>とうじきゅうしよく</b>	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ しいたけ しょうが キャベツ かぼちゃ だいこん ねぎ こんにやく	こめ むぎ かたくりこ ぎょうざのかわ ごまあぶら	にぼし しょうゆ しお こしょう とりがらスープのもと

太字は鳥羽産の食材です。