

# 12月分 給食予定献立表

芽室町学校給食センター

日	牛乳	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	アレルギー	
2月	○	麦入りごはん		米 大麦			
		根菜のみそ汁	豆腐		だいこん にんじん しめじ 長ねぎ	大豆	
		みそだれ肉だんご(1人3個)	ぶた肉 とり肉	小麦粉 ごま	玉ねぎ (りんご)	小麦 大豆	
		おひたし	小魚 削り節		はくさい ほうれん草 もやし	小麦 大豆	
3火	○	パンズパン		パン		小麦 乳	
		にんじんとウインナーのスープ	ウインナー		にんじん 玉ねぎ さやいんげん えのきたけ	小麦 大豆	
		野菜コロッケ(ソース)		じゃがいも 小麦粉	にんじん 玉ねぎ コーン さやいんげん	小麦 大豆	
		コールスローサラダ		コールスロードレッシング	キャベツ コーン えだまめ	大豆	
4水	○	麦入りごはん		米 大麦			
		豆腐のみそ汁	豆腐		にんじん はくさい 長ねぎ	大豆	
		いわしの生姜煮	いわし			小麦 大豆	
		ヤーコンキンピラ		ごま	ヤーコン にんじん しいたけ	小麦 大豆	
5木	○	クリームスパゲッティ	とり肉 生クリーム 牛乳	スパゲッティ バター 小麦粉	にんじん 玉ねぎ ほうれん草 しめじ	小麦 大豆 乳	
		フルーツゼリー		ゼリー	パイナップル みかん (りんご)		
6金	○	ビビンバ	とり肉 とうふ	米 大麦 ごま	にんじん もやし ほうれん草 きゅうり	小麦 大豆	
		わかめスープ	わかめ とり肉		だいこん 長ねぎ		
9月	○	麦入りごはん		米 大麦			
		厚揚げのみそ汁	厚揚げ		だいこん にんじん こまつな たもぎたけ 長ねぎ	大豆	
		ほっけ塩焼き	ほっけ				
		切り干し大根の煮物	油あげ ひじき 小魚	ごま	だいこん にんじん	小麦 大豆	
10火	○	背割りパン		パン		小麦 乳	
		☆パンにつけて!! ピザ風じゃが汁	ぶた肉 チーズ	じゃがいも 小麦粉	コーン えだまめ トマト	小麦 大豆	
		キャベツメンチ	ぶた肉 とり肉		玉ねぎ キャベツ	大豆	
		カラフルサラダ	ハム	セパレートドレッシング	キャベツ コーン にんじん	大豆	
11水	○	麦入りごはん		米 大麦			
		じゃがいものみそ汁	油あげ	じゃがいも	にんじん ごぼう 長ねぎ	大豆	
		大根のそぼろ煮	とり肉		だいこん にんじん さやいんげん	小麦 大豆	
		もやしのおかかあえ(小魚抜き)	削り節		もやし ほうれん草 キャベツ	小麦 大豆	
12木	○	ナポリタン風スパゲッティ	ウインナー	スパゲッティ	玉ねぎ にんじん エリンギ ピーマン トマト	小麦	
		野菜のサラダ		セパレートドレッシング	キャベツ えだまめ にんじん	大豆	
13金	○	◆めむろまるごと給食◆ (☆がついている食材は芽室産です)					
		肉そぼろどん	☆牛肉 ☆ぶた肉	米 大麦	☆玉ねぎ ☆にんじん しいたけ ☆えだまめ	小麦 大豆	
		豆腐とごぼうのみそ汁	豆腐		☆ごぼう ☆だいこん 長ねぎ	大豆	
16月	○	ゆりねとキャベツのごまあえ		ごま	☆ゆりね キャベツ ☆にんじん ほうれん草	小麦 大豆	
		麦入りごはん		米 大麦			
		大根のみそ汁	豆腐		だいこん にんじん 長ねぎ	大豆	
		焼きぎょうざ(1人3個)	ぶた肉 とり肉	小麦粉 (オイスターソース)	キャベツ 玉ねぎ にら	小麦 大豆	
		もやしのサラダ	ハム	セミセパ中華ドレッシング (オイスターエキス含む)	もやし にんじん キャベツ	小麦 大豆	

日	牛乳	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	アレルギー	
17 火	○	まるデニッシュ		パン		小麦 大豆 乳	
		野菜コンソメスープ			ほうれん草 さやいんげん にんじん えのきたけ	小麦 大豆	
		ポークビーンズ	だいず ぶた肉		えだまめ 玉ねぎ にんじん しめじ	大豆	
		☆じゃがいものカリカリチーズ焼き	チーズ	じゃがいも			
18 水	○	チキンカレーライス	とり肉	米 大麦 じゃがいも 小麦粉	玉ねぎ にんじん さやいんげん トマト (りんご)	小麦 大豆	
		イタリアンサラダ	ハム	イタリアンドレッシング	キャベツ ブロッコリー		
19 木	○	かしわうどん	とり肉 わかめ	うどん	ほうれん草 にんじん キャベツ だいこん 長ねぎ	小麦 大豆	
		揚げパン		ライ麦パン		小麦	
20 金	○	わかめごはん	わかめ	米 大麦			
		五目厚焼きたまご	たまご とり肉 もずく		にんじん たけのこ しいたけ (りんご)	小麦 大豆 卵	
		ヤーコンサラダ	ハム	セミセパ中華ドレッシング (オイスターエキス含む)	ヤーコン にんじん きゅうり	小麦 大豆	
		おしるこ	小豆	白玉			
2 月	○	豚みそどん	ぶた肉	米 大麦	玉ねぎ えだまめ にんじん しいたけ	小麦 大豆	
		豆腐となめこのみそ汁	豆腐		なめこ だいこん にんじん 長ねぎ	大豆	
24 火	○	まるパン		パン		小麦 乳	
		白菜とベーコンのスープ	ベーコン		はくさい にんじん えのきたけ	小麦 大豆	
		チキンカツ	とり肉	小麦粉			小麦 大豆
		ポテトサラダ		じゃがいも マヨネーズ(卵不使用)	にんじん えだまめ	大豆	
		サンタさんのデザート	豆乳		いちごソース	大豆	

がぶり給食  
芽室西小学校  
6年生が  
考えてくれた  
メニューの  
ひとつです。

### ゆりねの紹介



12月13日の「ゆりねのごまあえ」は、芽室産のゆりねを使用しています。

ゆりねはとても傷つきやすいため植えてから収穫まで手作業で行われ、食べられるようになるまでに6年間もの期間がかかります。ゆりねはじゃがいもやかぼちゃのように「ホクホク」した食感が特徴です。旬の時期は、11月～2月とされており、寒さが増すとゆりねの甘さも増すそうです。今がちょうど旬の時期になります。ぜひ芽室産のゆりねを味わって食べてください！

### がぶり給食について



芽室小学校と芽室西小学校の6年生が育てた『じゃがいも』を使用した献立が12月10日(火)と12月17日(火)に登場します。10日の「パンにつけて!!ピザ風じゃが汁」は芽室小学校の6年生、17日の「じゃがいものカリカリチーズ焼き」は芽室西小学校の6年生が考えてくれたメニューです。おいしくいただきます！

#### ◎●お願い●◎

- ・食べ終わった後は、食器・スプーン・その他の容器に元通りにして返してください。
- ・食べ物以外は燃えるごみ・燃やさないごみ・牛乳パックに分けてください。
- ・食器や食缶は大切に扱きましょう。

※アレルギーの表示欄は7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)+大豆を表示しています。  
 ※献立表の中に( )で記載されている食材については調味料として使用されているものです。  
 ※材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。  
 ※献立名の前に「☆」がついている献立は新メニューです。

#### ～今月の給食で使用している芽室町産の食べ物～



12月の平均値  
 ・エネルギー 791kcal  
 ・たんぱく質 31.7g  
 ・脂質 24.0g

学校給食費は納入期限までに納入をお願いします。  
 【納期限】 12月分  
 12月25日(水)