



12月の献立表



令和6年12月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月	火	水	木	金
	2日 671kcal	3日 625kcal	4日 616kcal	5日 560kcal	6日 639kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> きのこカレーライス・牛乳 手作りメンチカツ もやしとハムのスープ はちみつりんごヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> しいたけごはん 牛乳 チキン南蛮・さぶ汁 みかん寒天ポンチ 	<ul style="list-style-type: none"> 麻婆豆腐丼 牛乳 中華風なめこそスープ いちご入り豆乳杏仁豆腐 	<ul style="list-style-type: none"> 照り焼きフィッシュバーガー 牛乳 野菜のスープ煮カレー風味 大根のおかか胡麻サラダ・はれひめ 	<ul style="list-style-type: none"> 三色ごはん 牛乳・サケの柚子みそかけ チキンチキンごぼう 豚汁
食品	赤: 牛乳 ぶた肉 大豆 おから 豆乳 ベーコン ハム ヨーグルト 黄: 米 むぎ 油 じゃが芋 マーガリン 小麦粉 パン粉 ごま油 はちみつ 緑: しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ しめじ グリンピース もやし ねぎ 小松菜 りんご みかん 黄桃 りんごジャム	赤: 牛乳 油揚げ とり肉 たまご こんぶ かまぼこ 生揚げ 粉寒天 黄: 米 むぎ でんぷん 油 米粉 三温糖 マヨネーズ(卵無) ごま こんにゃく 緑: 干しいたけ にんじん 玉ねぎ さやえんどう パセリ ごぼう 大根 かぼちゃ ねぎ 小松菜 ミカンジュース アロエ みかん パイン	赤: 牛乳 ぶた肉 みそ とうふ とり肉 わかめ たまご 粉寒天 豆乳 加糖練乳 生クリーム 黄: 米 むぎ でんぷん 油 三温糖 ごま油 さとう 緑: しょうが キャベツ パプリカ にんにく にんじん 玉ねぎ セロリ 大根 かぶ グリンピース パセリ たけのこ なめこ ねぎ パイン みかん いちご	赤: 牛乳 さめ あおりのり ベーコン ぶた肉 ハム わかめ おかか 黄: パン でんぷん 油 米粉 三温糖 マヨネーズ(卵無) ごま 緑: しょうが キャベツ パプリカ にんにく セロリ にんじん 玉ねぎ 大根 かぶ ブロッコリー きゅうり はれひめ(みかんの名前)	赤: 牛乳 たまご とり肉 サケ みそ さつま揚げ ぶた肉 とうふ 黄: 米 むぎ 油 でんぷん 三温糖 ごま油 ごま じゃが芋 こんにゃく 緑: しょうが 小松菜 ゆず ごぼう にんじん しいたけ 大根 ねぎ
	9日 556kcal	10日 498Kcal	11日 620kcal	12日 556kcal	13日 598kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> チャーハン 牛乳・レバーのごまがらめ 中華スープ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> カレー南蛮うどん・牛乳 おから入りコロック ゆでキャベツ じゃが芋の変わりきんぴら 	<ul style="list-style-type: none"> キャロットライスのクリームソースかけ 牛乳・フィッシュサラダ ジュリエンスープ 菊花ミカン 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・しらす小松菜ふりかけ 牛乳 どさんこおでん 和風ごぼうチップサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 吹き寄せご飯 牛乳・手作り焼きつくね 大根のおかか胡麻和え ふわふわ豆腐汁・菊花ミカン
食品	赤: 牛乳 たまご 焼き豚 大豆 ぶたレバー ぶた肉 わかめ 黄: 米 むぎ ごま油 油 じゃが芋 でんぷん ごま 春雨 緑: しょうが しいたけ たけのこ にんじん ねぎ グリンピース にんにく キャベツ もやし 小松菜 バナナ	赤: 牛乳 ぶた肉 おかか とり肉 おから 豆乳 さつま揚げ 黄: うどん 油 ごま 三温糖 でんぷん じゃが芋 小麦粉 マヨネーズ(卵無) 小麦粉 パン粉 こんにゃく 緑: にんじん もやし ねぎ 葉ねぎ 玉ねぎ キャベツ パセリ さやいんげん	赤: 牛乳 ベーコン とり肉 豆乳 粉チーズ メルルーサ 黄: 米 むぎ オリーブ油 油 マーガリン 米粉 でんぷん ごま さとう じゃが芋 緑: にんじん 玉ねぎ マッシュルーム えのきたけ しめじ 小松菜 キャベツ きゅうり セロリ パセリ みかん	赤: 牛乳 しらすぼし おかか 結びこんぶ ちくわ 京がんも 揚げボール ウィンナー わかめ ちりめんじゃこ 黄: 米 むぎ さとう じゃが芋 こんにゃく ちくわぶ バター ごま でんぷん 油 緑: 小松菜 にんじん 大根 コーン キャベツ きゅうり ごぼう 玉ねぎ	赤: 牛乳 油揚げ とり肉 大豆 みそ ハム わかめ ぶた肉 とうふ たまご 黄: 米 もち米 さつま芋 三温糖 油 パン粉 でんぷん ごま 緑: れんこん にんじん しめじ さやえんどう 玉ねぎ しょうが 葉ねぎ 大根 きゅうり キャベツ しいたけ ねぎ みつば みかん
	16日 625kcal	17日 538kcal	18日 541kcal	19日 642kcal	20日 592kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> じゃこのガーリックライス 牛乳・いかの山賊焼きソース 白菜のクリーム煮 かぼちゃのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> スパゲティー海賊風・牛乳 イタリアンサラダ チーズのふわふわスープ あいか 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・カルちゃんふりかけ 牛乳・ししゃものりごま揚げ いりどり 小松菜とじゃが芋のみそ汁・菊花ミカン 	<ul style="list-style-type: none"> じゃこわかめご飯・牛乳 魚のチャンチャン焼き風 どさんこ汁 白玉のぜんざい 	<ul style="list-style-type: none"> れんこんちらし寿司 牛乳・かぼちゃコロック みそけんちん汁 りんご寒天ポンチ
食品	赤: 牛乳 ベーコン ちりめんじゃこ イカ とり肉 豆乳 粉チーズ 生クリーム 黄: 米 むぎ オリーブ油 米粉 油 マヨネーズ(卵無) はちみつ じゃが芋 バター さとう 緑: にんにく パセリ にんじん 玉ねぎ コーン 白菜 グリンピース ブロッコリー かぼちゃ カリフラワー	赤: 牛乳 ベーコン あさり エビ イカ 粉チーズ ハム たまご 黄: スパゲッティ オリーブ油 油 三温糖 コーンスターチ さとう パン粉 緑: 小松菜 にんにく にんじん 玉ねぎ マッシュルーム パセリ キャベツ もやし きゅうり 黄パプリカ コーン あいか(みかんの名前)	赤: 牛乳 ちりめんじゃこ 塩こんぶ おかか ししゃも 青のり とり肉 こんぶ 煮干し粉 わかめ みそ 黄: 米 むぎ ごま さとう 小麦粉 油 こんにゃく じゃが芋 緑: しいたけ ごぼう にんじん たけのこ れんこん ねぎ さやえんどう 玉ねぎ 小松菜 みかん	赤: 牛乳 わかめ ちりめんじゃこ マス みそ ぶた肉 ちくわ おかか みそ 小豆 黄: 米 むぎ ごま 油 マヨネーズ(卵無) さとう バター こんにゃく 三温糖 白玉団子 緑: パセリ 玉ねぎ ごぼう 大根 にんじん ねぎ コーン	赤: 牛乳 たまご とり肉 油揚げ 豆乳 おかか 生揚げ みそ 粉寒天 黄: 米 三温糖 油 マッシュポテト 小麦粉 パン粉 こんにゃく じゃが芋 さとう 緑: にんじん しいたけ れんこん 小松菜 しょうが かぼちゃ 玉ねぎ ごぼう 大根 ねぎ りんご リンゴジュース パイン みかん レモン
	23日セレクト給食平均 671kcal	24日 681kcal	22日 690kcal		
献立	<ul style="list-style-type: none"> Aメニュー-黄な粉揚げ 牛乳 魚のベーコン焼き Bメニュー-揚げパン ジョア(フレン) 鶏肉のハーベキューソース 共通メニュー ワンタンスープ スイートポテトサラダ・菊花ミカン 	<ul style="list-style-type: none"> ガーリックライス・牛乳 わかさぎと米粉マカロニのスパイシー揚げ 白菜ミルクスープ かぼちゃのケーキ 	<p>12月23日は、セレクト給食です。AかBのメニューのうちどちらにするか考えておいてください。クラスで、時間がある時にアンケートをとってもらいます。23日まで何を選んだか覚えておきましょう。当日は、当番の人が一番忙しい日です。当番の人以外は、静かに準備をして待つようにしましょう。</p>		
食品	赤: 牛乳(ジョア) マス ベーコン(とり肉) きなこ ハム ぶた肉 黄: パン 油 さとう ワンタンの皮 さつま芋 ごま油 マヨネーズ(卵無) 緑: にんじん きゅうり 玉ねぎ にんにく しょうが ねぎ しいたけ キャベツ もやし 小松菜 みかん	赤: 牛乳 ベーコン ちりめんじゃこ わかさぎ 大豆 ベーコン 黄: 米 むぎ オリーブ油 米粉 マカロニ 三温糖 小麦粉 粉糖 チョコレート 緑: にんにく パセリ しいたけ にんじん 玉ねぎ 白菜 えのきたけ 小松菜 かぼちゃ	<p>ぼくら、冬野菜は寒くなると凍らないように糖分を体に蓄えます。そうすると甘くなるんだ。キャベツや白菜、ブロッコリーなどぼくの仲間がたくさんいるよ。おいしくなるからたくさん食べてね!</p>		

※旬の食材を使います。特に野菜やくだものは、産地の生育状況や完熟の度合いで変更になる場合があります。12月8日は、「有機農業の日」です。6・9日に使用するごまは、有機農法でいいねいに作られたごまを使います。