

令和6年度12月分学校給食予定献立表



笠岡市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	体をつくるものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
2(月)	麦ごはん 牛乳 肉団子と野菜の酢豚風 ツナの中華あえ	牛乳 肉団子 ツナ	たまねぎ にんじん はくさい ビーマン キャベツ もやし	米 麦 じゃがいも 米油 三温糖 でん粉
3(火)	ごはん 牛乳 赤魚のしょうがだれかけ ごまあえ 豚汁	牛乳 赤魚 豚肉 油揚げ みそ	しょうが ほうれんそう はくさい もやし にんじん だいこん ごぼう 葉ねぎ	米 三温糖 ごま さといも こんにゃく
4(水)	わかめごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 しらすあえ	牛乳 豚肉 厚揚げ しらす干し わかめごはんの素	しょうが たまねぎ にんじん さやいんげん もやし こまつな キャベツ	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖
5(木)	ごはん 牛乳 さわらの梅みそかけ たくあんあえ かきたま汁	牛乳 さわら みそ 豆腐 かまぼこ 卵	ねり梅 キャベツ にんじん たくあん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 三温糖 ごま でん粉
6(金)	《 新山小学校 希望献立 》 パン 牛乳 クリームシチュー コーンサラダ 豆乳クリーム大福	牛乳 若鶏肉 チーズ	たまねぎ にんじん かぶ しめじ グリーンピース キャベツ えだまめ とうもろこし	パン じゃがいも 豆乳クリーム大福
9(月)	ごはん 牛乳 あじのおろしかけ おかかあえ さつまいものみそ汁	牛乳 あじ かつお節 油揚げ みそ	だいこん はくさい こまつな もやし にんじん たまねぎ ごぼう 葉ねぎ	米 三温糖 さつまいも
10(火)	《 大島中学校 希望献立 》 ごはん 牛乳 若鶏肉のから揚げ ツナとチーズのサラダ コンソメスープ スイートポテト	牛乳 若鶏肉 ツナ チーズ ウインナー	しょうが にんにく キャベツ えだまめ とうもろこし にんじん たまねぎ はくさい パセリ	米 でん粉 米油 スイートポテト
11(水)	しょうがごはん 牛乳 春雨のごま酢あえ 厚揚げのみそ汁	若鶏肉 油揚げ 牛乳 鶏ささみ 厚揚げ みそ	にんじん えだまめ しょうが キャベツ ほうれんそう たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 春雨 三温糖 ごま油 さといも
12(木)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 塩昆布あえ かまぼこのすまし汁	牛乳 さば 塩昆布 かまぼこ 豆腐 わかめ	はくさい にんじん もやし たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米
13(金)	ハヤシライス 牛乳 キャベツのサラダ オレンジ	豚肉 脱脂粉乳 牛乳 ツナ	にんにく にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース トマト キャベツ えだまめ とうもろこし オレンジ	米 麦 じゃがいも バター
16(月)	ごはん 牛乳 焼きししゃも ひじきあえ じゃがいものみそ汁	牛乳 子持ししゃも しそひじき 油揚げ みそ	はくさい にんじん もやし たまねぎ だいこん 葉ねぎ	米 じゃがいも
17(火)	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 中華あえ	牛乳 若鶏肉 豆腐 みそ 鶏ささみ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しめじ 葉ねぎ キャベツ チンゲンサイ	米 麦 三温糖 でん粉 ごま油
18(水)	ごはん 牛乳 いわしの甘露煮 ゆかりあえ のっぺい汁	牛乳 いわし甘露煮 若鶏肉 油揚げ	キャベツ もやし にんじん しょうが だいこん ごぼう 葉ねぎ しそごはんの素	米 さといも でん粉
19(木)	《 冬至献立 》 ごはん 牛乳 れんこんとにんじんのきんぴら かぼちゃのみそ汁 炒り煮干し	牛乳 豚肉 さつまあげ 油揚げ みそ 煮干し	れんこん にんじん さやいんげん かぼちゃ たまねぎ しめじ 葉ねぎ	米 ごま 三温糖 ごま油
20(金)	《 クリスマス献立 》 コーンピラフ 牛乳 スパイシーチキン 野菜スープ デザート	牛乳 若鶏肉 ウインナー	とうもろこし たまねぎ グリンピース にんじん レモン果汁 はくさい マッシュルーム パセリ	米 でん粉 米油 デザート
23(月)	《 年末年始の行事食献立 》 赤飯(ごま塩小袋) 牛乳 筑前煮 年越し魚そうめん汁	小豆 牛乳 若鶏肉 厚揚げ 昆布 魚そうめん 豆腐	れんこん にんじん ごぼう さやいんげん たまねぎ 葉ねぎ	米 もち米 ごま こんにゃく 三温糖
24(火)	ひき肉のエスニックごはん 牛乳 はくさいのスープ パナナ	若鶏肉 牛乳 ウインナー	にんにく たまねぎ ビーマン にんじん とうもろこし はくさい 葉ねぎ パナナ	米 麦 三温糖 春雨

せ つか て あら
石けんを使って手を洗おう！

せつ つか て あら じぶん からだ びょうき まも たいせつ よぼう
石けんを使って手を洗うことは、自分の体を病気から守るとても大切な予防
ほうほう あら のこ て あら かた きほん し びょうき
方法の1つです。洗い残しがないように、手の洗い方の基本を知って、病気の
げんいん さいきん からだ なか い
原因となる細菌やウィルス体を体の中に入れないようにしましょう。



さむ て あら
寒くてもしっかり手洗いをしよう！

