

令和6年度

12月 予定献立表



石狩市学校給食センター
TEL：62-8015
FAX：72-2223

☆ 予定献立表について ☆ アレルギー対応食(3・13・24日)の献立と食材に 網かけ しています			
・ 牛乳(お茶)は、毎日つきます。 ・ 太字は石狩産食材を示しています。 ・ (ごはんやイエスクリーン米、パン、ラーメンの小麦粉は石狩産を使用しています) ・ 使用している海藻類はえび・かにの生息地で採取されたものです。 ・ 都合により、献立が変更になる場合がありますことをご了承ください。 ・ 小学校のエネルギー(kcal)は、3・4年生のものを表示しています。			

献立名		食 材		
		熱やエネルギーのもと (黄)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)
2日 (月)	ごはん	ごはん		
	春雨入り マーボー豆腐	きび糖・春雨・片栗粉 植物油	豚肉・豆腐・大豆 みそ	長ねぎ・人参 生姜・にんにく
	焼きパオパオ	小麦粉・コンソーチ・砂糖 豚脂・小麦でん粉	豚肉・大豆粉	キャベツ・長ねぎ こんにゃく粉・生姜
	ごまきゅうり	ごま・ごま油		きゅうり
3日 (火)	とり塩うどん	うどん	とり肉	玉ねぎ・人参・筍 白菜・長ねぎ・生姜
	ちくわのカレー揚げ	米粉・小麦粉・植物油	ちくわ・青のり	
	大根マヨサラダ	きび糖 卵抜きマヨネーズ	とり肉・みそ	大根・コーン・人参 枝豆
	ヨーグルト 【乳代替】とろけるプリン	砂糖 水あめ・ショートニング・砂糖	牛乳・粉乳・乳製品 豆乳	
4日 (水)	イエスクリーン米	イエスクリーン米		
	きのこ汁		油揚げ・豆腐	舞茸・えのき・小松菜 人参・長ねぎ・しめじ
	さばのみそ煮	砂糖・片栗粉	さば・みそ	
	とりごぼう炒め	きび糖・ごま・植物油	とり肉	ピーマン・しらたき 人参・ごぼう
5日 (木)	スライスパン	スライスパン		
	クリームシチュー	バター・じゃがいも 米粉	ベーコン・牛乳・粉乳 チーズ	玉ねぎ・人参
	ささみカツ ソース	パン粉・小麦粉 片栗粉・植物油	とり肉・大豆粉	
	イタリアンサラダ	イタリアンドレッシング		きゅうり・キャベツ 人参
6日 (金)	ごはん	ごはん		
	玉ねぎのみそ汁		油揚げ・みそ・わかめ	玉ねぎ・人参・長ねぎ
	しょうゆ肉団子	パン粉・植物油・豚脂 ごま油・砂糖	とり肉・豚肉	玉ねぎ・生姜
	豚肉の生姜煮	きび糖・ごま・植物油	豚肉	玉ねぎ・人参・いんげん 生姜・しらたき
9日 (月)	ハヤシライス	ごはん じゃがいも・バター	豚肉・粉乳・チーズ	人参・玉ねぎ・りんご なつめやし・トマト にんにく・生姜
	ハンバーグ	豚脂・砂糖・ぶどう糖	とり肉・豚肉	玉ねぎ・トマト・生姜 にんにく
	ミニトマト			ミニトマト
10日 (火)	ピリ辛みそラーメン	ラーメン 植物油	豚肉	人参・玉ねぎ・もやし コーン・キャベツ・生姜 長ねぎ・筍・にんにく レーズン
	さつまパイ	さつまいも・マーガリン 砂糖・パン粉・小麦粉		
	きゅうりと白菜の 塩昆布あえ	ごま油	塩昆布	きゅうり・白菜 人参
	わかめごはん	ごはん	わかめ	
11日 (水)	じゃがいものみそ汁	じゃがいも	みそ・油揚げ	長ねぎ・人参・えのき 玉ねぎ
	発芽玄米入りつくね	発芽玄米・タPIOカ粉 パン粉・片栗粉	とり肉	
	大根と厚揚げの そぼろ煮	豚脂・砂糖 きび糖・植物油 片栗粉	厚揚げ・とり肉	大根・干椎茸・生姜 いんげん
	黒糖コッペパン	黒糖コッペパン		
12日 (木)	マカロニスープ	マカロニ	ベーコン	玉ねぎ・人参・セロリ キャベツ
	とりのピカタ	片栗粉・植物油・パン粉 砂糖・小麦粉・米粉	とり肉・全卵・チーズ	パセリ
	ポークチャップ	きび糖・米粉・植物油	豚肉	人参・玉ねぎ・トマト ピーマン・りんご
	ごはん	ごはん		
13日 (金)	かきたま汁 除去・卵	片栗粉	豆腐・全卵	人参・玉ねぎ・長ねぎ 干椎茸・小松菜
	いわし生姜煮	砂糖・水あめ	いわし	生姜
	豚肉とごぼうの ごまみそ煮	きび糖・ごま・植物油	豚肉・みそ	人参・ごぼう・生姜

献立名		食 材		
		熱やエネルギーのもと (黄)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)
16日 (月)	ごはん	ごはん		
	きび糖・植物油・ごま ごま油		豚肉・大豆	人参・小松菜・生姜 筍・長ねぎ・もやし にんにく
17日 (火)	わかめスープ		わかめ・豆腐・ベーコン	白菜・人参・長ねぎ
	ショールンポー	豚脂・小麦粉・ごま油 春雨・ショートニング・砂糖 片栗粉	豚肉	キャベツ・玉ねぎ 筍・椎茸・生姜
18日 (水)	うどん	うどん		
	きび糖		とり肉・油揚げ・つと	人参・しめじ・長ねぎ
19日 (木)	かぼちゃもちの あんこがけ	じゃがいも・片栗粉 砂糖・植物油		かぼちゃ・小豆
	きゅうりとささみの おかかあえ	ごま	とり肉・かつお節	きゅうり
20日 (金)	イエスクリーン米	イエスクリーン米		
	浜益牛鍋風煮	きび糖・植物油	浜益牛・高野豆腐	人参・白菜・こんにゃく 玉ねぎ・干椎茸・長ねぎ
21日 (土)	ほっけの塩焼き		ほっけ	
	からしあえ	きび糖	ハム	人参・ほうれん草 もやし
22日 (日)	丸パン	丸パン		
	じゃがいも		ウインナー	玉ねぎ・大根・人参 セロリ・パセリ
23日 (月)	チーズハムカツ	豚脂・パン粉・ぶどう糖 ショートニング・砂糖・小麦粉 植物油	チーズ・豚肉・とり肉	玉ねぎ
	キャベツとコーンの サラダ	ごまドレッシング		キャベツ・コーン きゅうり・人参
24日 (火)	ミルメークココア	砂糖・ぶどう糖・ココア		
	ごはん	ごはん		
25日 (水)	白米とえのきの みそ汁		油揚げ・みそ	白菜・えのき・人参 長ねぎ
	とりのごま照り焼き	パン粉・植物油・ごま 砂糖・パン粉・ぶどう糖	とり肉	
26日 (木)	豚肉と根菜の甘辛煮	きび糖・植物油	豚肉	ごぼう・れんこん・人参 いんげん・玉ねぎ・生姜
	ポークカレー	ごはん じゃがいも・バター	豚肉・粉乳・チーズ	人参・玉ねぎ・りんご なつめやし・トマト にんにく・生姜
27日 (金)	コーンソテー	バター	ウインナー	コーン・枝豆
	みかん			みかん
28日 (土)	チキントマト スパゲティ	スパゲティ 植物油・小麦粉	とり肉	玉ねぎ・セロリ・トマト しめじ・生姜・にんにく パセリ・人参
	ブレンオムレツ	砂糖・植物油	全卵	
29日 (日)	ツナマヨサラダ	きび糖 卵抜きマヨネーズ	まぐろ・みそ	キャベツ・人参 きゅうり
	クリスマス チョコケーキ	小麦粉・チョコレート 砂糖・水あめ・植物油 ココア	全卵・乳製品	こんにゃく加工品
30日 (月)	【卵・乳代替】 クリスマスチョコケーキ	砂糖・米粉・ココア 水あめ・植物油	豆乳・大豆粉	こんにゃく加工品
	ごはん	ごはん		
31日 (火)	豚汁	じゃがいも	豚肉・豆腐・みそ	人参・大根・玉ねぎ ごぼう・長ねぎ・生姜
	たらのスパイス揚げ	片栗粉・コンソーチ・砂糖 ぶどう糖・植物油	たら・大豆粉	パプリカ・にんにく
1日 (水)	ひじきの炒め煮	きび糖・植物油 ごま	とり肉・ひじき	人参・枝豆・しらたき

こどものプレミアム食育講座 『給食センター探検』があるよ！

令和6年12月27日(金)10:00~11:30
定員:先着5名 / 費用:無料
申込期間:12月2日~12月16日まで
こどもだけの参加OK
※大人の付き添いも可能ですが、厨房内には入れません。
詳しくは【広報いしかり12月】を見てね！

ミニトマトや団子、
魚の骨は気をつけて食べましょう

給食費口座振替は令和7年1月6日(月)です。