

12月の予定献立表

富山市立興南中学校
富山市南学校給食センター

日	曜日	主食	牛乳	副食	使用する食品名					
				献立名	赤体をつくるもの		緑体の調子を整えるもの		黄熱や力になるもの	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群
1	水	ごはん	○	ポークパコラ そえ野菜 かぶのスープ	豚肉 ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん かぶの葉	キャベツ たまねぎ かぶ	精白米 小麦粉	油
2	木	ごはん	○	じゃがいものそぼろあん ☆さんまの生姜味 ゆかりあえ りんご	☆さんま 鶏肉	牛乳	チンゲンサイ にんじん	☆しょうが ゆかり たまねぎ グリーンピース りんご	精白米 ☆砂糖 じゃがいも でん粉	油
3	金	ごはん	○	魚の利久揚げ 磯あえ 関東だき	ふくらぎ がんもどき	牛乳 のり	小松菜 にんじん いんげん	しょうが もやし 大根	精白米 小麦粉 でん粉 こんにゃく じゃがいも 砂糖	油 ごま
6	月	コッペパン	○	《選択献立》 ◆魚の香草フリッター ◆☆照り焼きハンバーグ アスパラサラダ ひよこ豆のスープ ●☆ガトーショコラ ●☆豆乳プリン	ホキ ベーコン ひよこ豆 ☆豆乳 ☆鶏肉 ☆豚肉	牛乳	パセリ にんじん グリーンアスパラガス	☆たまねぎ キャベツ 白菜	コッペパン 小麦粉 ☆砂糖 じゃがいも ☆米粉 ☆水あめ	油 ごま油 ☆ラード ☆ココア
7	火	ごはん	○	厚揚げのみそ煮込み ☆さわらの塩焼き とろろ昆布あえ オレンジジュース	☆さわら 豚肉 厚揚げ	昆布	小松菜 にんじん チンゲンサイ	かぶ しょうが 大根 しめじ オレンジジュース	精白米 でん粉 砂糖	油 ごま油
8	水	ソフト麺	○	ソフト麺の五目あんかけ ☆蒸しパン れんこんサラダ	豚肉	牛乳	にんじん	たけのこ もやし れんこん 干しいたけ	ソフト麺 でん粉 ☆砂糖 ☆小麦粉 ☆さつまいも	油 ごま ☆ラード ☆マヨネーズ
9	木	ごはん	○	親子煮 ☆小あじのから揚げ 白菜ひたし	☆あじ 鶏肉 卵 高野豆腐	牛乳	にんじん	白菜 きゅうり たまねぎ	精白米 ☆でん粉 こんにゃく 砂糖	油
10	金	ごはん	○	☆にんじんシューマイ スタミナ納豆 具だくさん汁 カットパイン	☆たら 納豆	牛乳	☆にんじん にら	☆たまねぎ もやし えのきたけ ねぎ パインアップル	精白米 ☆でん粉 ☆小麦粉 砂糖 じゃがいも	☆ラード ごま油
13	月	減量食パン	○	スパゲッティナポリタン ☆コロケ カラフルサラダ	ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん ピーマン	☆たまねぎ しめじ カリフラワー とうもろこし	食パン ☆じゃがいも ☆パン粉 ☆小麦粉 ☆米粉 ☆砂糖 スパゲッティ ドレッシング	油 コーンクリーム ドレッシング
14	火	ごはん	○	カレーライス 福神漬 ゆで卵 フルーツヨーグルト	鶏肉 卵	牛乳 ヨーグルト	にんじん	にんにく たまねぎ 福神漬 りんご もも パインアップル	精白米 じゃがいも	油 カレールウ
15	水	麦ごはん	○	えびと豆腐のうま煮 ☆ショウロンボウ 小松菜ひたし	えび 豆腐 ☆豚肉	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが にんにく ねぎ ☆たけのこ ☆キャベツ ☆たまねぎ ☆しいたけ 白菜 干しいたけ	麦ごはん 砂糖 ☆でん粉 ☆小麦粉 ☆春雨	油 ごま油 ☆ラード
16	木	ごはん	○	魚と大豆のゆずソースからめ あわせあえ 冬至のだんご汁 みかん	ホキ 大豆 うす揚げ	牛乳	にんじん かぼちゃ	ゆず キャベツ きゅうり たくあん ごぼう ねぎ みかん	精白米 でん粉 じゃがいも 白玉団子 砂糖	油 ごま
17	金	ごはん	○	☆さばの銀紙焼き かぶの色どり 大豆の磯煮	☆さば 豚肉 大豆 うす揚げ	牛乳 ひじき	かぶの葉 いんげん にんじん	かぶ	精白米 ☆砂糖 こんにゃく じゃがいも	油
20	月	ごはん	○	酢豚 ☆信田まき (野菜とすり身の油揚げ巻き) わかめサラダ	豚肉 ☆うす揚げ ☆たら ☆卵	牛乳 ☆ひじき わかめ	☆にんじん ☆ほうれん草 ピーマン	しょうが たまねぎ 干しいたけ 大根 きゅうり たけのこ ☆キャベツ	精白米 でん粉 じゃがいも ☆砂糖 ☆小麦粉 ☆春雨	油 ごま油
21	火	ごはん	○	ごま豆乳鍋 ☆ほたての香味焼き はりはりあえ りんご	☆ほたて貝 鶏肉 焼き豆腐 豆乳	牛乳	小松菜 にんじん チンゲンサイ	切干大根 しめじ 白菜 りんご	精白米 砂糖 こんにゃく	ごま
22	水	ごはん	○	鶏肉とレパールのねぎソース ゆでキャベツ 冬野菜のミネストローネ	豚レバー 鶏肉 いんげん豆 ウインナー	牛乳	トマト	しょうが ねぎ かぶ キャベツ セロリー たまねぎ れんこん	精白米 でん粉 砂糖 じゃがいも	油
23	木	ごはん	○	☆いわしの梅煮 卵とチンゲンサイの炒め物 いものこ汁 あいか	☆いわし 豚肉 卵 木綿豆腐	牛乳	チンゲンサイ にんじん	☆梅肉 もやし 大根 えのきたけ あいか	精白米 ☆砂糖 里いも	油

※学校給食の食材について

富山市学校給食会のホームページで、学校給食用食材（青果物・魚）の予定産地を公開しています。

☆：加工食品または、それに使われているおもな原材料