

2 (月) ごはん ぎゅうにゅう なまあげのしせんに* やさいスープ	3 (火) はちみつロールパン ぎゅうにゅう カレーグラタン ボイルやさい わふうかつおドレッシング	4 (水) ごはん やきのり ぎゅうにゅう ぶりのつけあげ ぶたじる	5 (木) ぶどうパン ぎゅうにゅう ボルシチ* やさいソテー	6 (金) やさしいりスタミナどん(ごはん)* ぎゅうにゅう あおなときのこのスープ							
【献立のねらい】季節の食品の長ねぎについて知る		かつお節について知る		◎伝統的な優れた食べ物や食べ方を知る		季節の食品のほうれん草について知る		しめじについて知る			
●ごはん 精白米 80	●野菜スープ 油 0.5 とり肉(皮なし) 10 にんじん 10 もやし 15 キャベツ 25 水 120 塩 0.8 こしょう 0.03 中華スープの素 1.5 片栗粉 1 水 1 にら 3 ごま油 0.5	●はちみつロールパン40 ●カレーグラタン 油 0.5 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 10 塩 0.6 こしょう 0.02 チーズ 6 カレー粉 0.5 牛乳 60 米粉 5.3 マカロニ 20 ゆで塩 3.5 粉チーズ 0.7 パン粉 0.7	●ボイル野菜 (ホールコーン(冷) 5 にんじん 5 もやし 20 キャベツ 20 ゆで塩 20)	●ごはん 精白米 80	●焼きのり 1.25	●ぶりのつけ揚げ 揚げ油 適量 ぶり(角) 50 しょうが 0.3 酒 1 塩 0.1 こしょう 0.03 片栗粉 7.5 水 4.5 砂糖 1.3 しょうゆ 2 みりん 1.3 白いりごま 0.8	●豚汁 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 5 ごぼう 15 にんじん 10 こんにゃく 120 赤ワイン 20 たまねぎ 25 にんじん 15 豆腐 10 赤みそ 5.7 白みそ 3 長ねぎ 10	●ぶどうパン 40	●野菜ソテー 油 0.5 ベーコン 2 にんじん 10 ゆで塩 10 ホールコーン(冷) 25 ほうれん草 20 ゆで塩 0.2 塩 0.01 こしょう 0.06 じゃが芋 55 水 80 キャベツ 35 トマトケチャップ 8 トマトピューレ 5 砂糖 0.5 油 2 小麦粉 2 生クリーム 6	●ごはん 精白米 80	●青菜ときのこのスープ 水 120 とり肉(皮なし) 15 きくらげ 0.3 しめじ 10 塩 0.7 こしょう 0.03 中華スープの素 1.5 しょうゆ 1 春雨 4 片栗粉 0.5 砂糖 1.6 卵 20 水 10 チンゲン菜 10

エネルギー 650kcal たんぱく質 29.4g	エネルギー 601kcal たんぱく質 25.5g	エネルギー 713kcal たんぱく質 29.5g	エネルギー 602kcal たんぱく質 23.9g	エネルギー 636kcal たんぱく質 30.5g
---------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------

9 (月) きなこパン(はいがコッペパン)* ぎゅうにゅう しろいんげんまめのクリームシチュー ボイルやさい わふうドレッシング	10 (火) ごはん ぎゅうにゅう さばのしおやき もやしのうまに みそしる	11 (水) はいがロールパン ぎゅうにゅう とりにくのからあげ ワンタンスープ りんご	12 (木) むぎごはん ぎゅうにゅう ビーンズカレー ピクルス	13 (金) ほたていりちゅうかどん(ごはん) ぎゅうにゅう かぶのスープ			
豆について知る		季節の食品のりんごについて知る		漬物について知る		季節の食品のかぶについて知る	

●きな粉パン 揚げ油 適量 胚芽コッペパン 50 きな粉 3 砂糖 5 塩 0.03	●ボイル野菜 (にんじん 10 もやし 20 キャベツ 20 ゆで塩 20)	●みそ汁 水 120 こんぶ 0.5 厚けずり節(かつお) 5 大根 20 じゃが芋 20 油揚げ 5 赤みそ 4.3 白みそ 4 ゆで塩 5	●豚肉のから揚げ 揚げ油 適量 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 塩 0.3 こしょう 0.06 しょうゆ 1 片栗粉 10.5	●りんご 53.1 りんご 1 塩水 5	●小麦ごはん 精白米 70 米粒麦 15	●ピクルス 大根 20 にんじん 7 ゆで塩 3 砂糖 3 酢 0.3	●ほたて入り中華丼 油 1 水 15 しょうゆ 15 砂糖 15 ごま油 0.5	●かぶのスープ 水 120 とり肉(皮なし) 20 にんじん 10 たまねぎ 30 かぶ 20 塩 0.6 こしょう 0.02 ほたて貝柱 20 酒 0.4 塩 0.4 ウスターソース 0.8 砂糖 1 中華スープの素 0.2 オイスターソース 0.2 しょうゆ 1.3 なた 5
エネルギー 685kcal たんぱく質 28.0g	エネルギー 677kcal たんぱく質 25.6g	エネルギー 628kcal たんぱく質 32.1g	エネルギー 708kcal たんぱく質 26.7g	エネルギー 635kcal たんぱく質 29.9g				

16 (月) ハヤシライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう はくさいとじゃこのために	17 (火) しょくパン ぎゅうにゅう コロッケ にくだんごちゅうかスープ* フルーツポンチ	18 (水) はつがまいごはん ごましお ぎゅうにゅう にくじゃが とうふとだいこんのどろみじる	19 (木) しろパン いちごジャム ぎゅうにゅう ミートポテトのチーズやき* キャベツのスープに*	20 (金) ごはん ぎゅうにゅう さばのゆずみそかけ もやしいため とりちゃんこ	
季節の食品の白菜について知る		◎伝統的な優れた食べ物や食べ方を知る		◎伝統的な優れた食べ物や食べ方を知る	

●小麦ごはん 精白米 70 米粒麦 15	●ハヤシライス 油 0.5 にんにく 0.5 豚肉(もも) 25 豚肉(肩) 25 こしょう 0.01 赤ワイン 3 たまねぎ 60 にんじん 20 水 80 塩 0.6 じゃが芋 30 マッシュルーム(冷) 10 トマトケチャップ 12 デミグラスソース 5 ウスターソース 3.5	●白菜とじゃこの炒め煮(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し(ちりめん) 4	●白菜とじゃこの炒め煮(白菜) ごま油 0.7 白菜 70 にんじん 5 ゆで塩 0.2 しょうゆ 0.7	●食パン 40 しょうゆ 2 春雨 4 片栗粉 1 水 4	●コロッケ 揚げ油 適量 コロッケ 70	●肉団子中華スープ 水 150 にんじん 10 豚ひき肉(もも) 30 たまねぎ 3.5 卵 4 しょうが 0.4 酒 0.6 塩 0.1 しょうゆ 0.4 片栗粉 2 白菜 35 塩 0.6 こしょう 0.03 中華スープの素 1.5	●フルーツポンチ りんご(缶) 30 黄桃(缶) 30 野菜入りゼリー 40	●肉じゃが 油 0.8 豚肉(もも) 14 豚肉(肩) 14 つきこんにゃく 24 にんじん 16 たまねぎ 24 水 適量 じゃが芋 48 酒 0.4 砂糖 1.5 しょうゆ 4.5	●発芽米ごはん 精白米 70 発芽玄米 10	●豆腐と大根のどろみ汁 水 120 こんぶ 0.3 厚けずり節(かつお) 2 とり肉(皮なし) 10 えのきたけ 5 しょうゆ 1.3 塩 0.65 豆腐 20 片栗粉 1.5 水 10 長ねぎ 10	●白パン(減塩) 40 (パセリ 0.3 粉チーズ 3.5)	●いちごジャム 15	●ミートポテトのチーズ焼き 油 0.5 にんにく 0.16 豚ひき肉(もも) 40 たまねぎ 15 にんじん 15 塩 0.3 こしょう 0.03 トマト水煮(缶) 8 トマトケチャップ 8 ウスターソース 2 チーズ 6 油 1.5 小麦粉 1.5 じゃが芋 70 ゆで塩 70	●キャベツのスープ煮 油 0.5 ベーコン 4 酒 0.8 しょうが 0.8 片栗粉 6 小麦粉 3 水 5 スープの素 0.3 塩 0.2 こしょう 0.01	●ごはん 精白米 80	●さばのゆずみそかけ 揚げ油 適量 さば(切り身) 50 しょうゆ 0.5 塩 0.01	●とりちゃんこ 水 120 とり肉(皮なし) 20 酒 0.5 にんじん 10 大根 10 白米 30 塩 0.7 えのきたけ 5 油揚げ 5 中華スープの素 1.5 みりん 1.6 しょうゆ 0.15 にんにく 0.15 しょうが 0.15 長ねぎ 10
エネルギー 710kcal たんぱく質 27.1g	エネルギー 661kcal たんぱく質 25.4g	エネルギー 599kcal たんぱく質 23.4g	エネルギー 605kcal たんぱく質 26.9g	エネルギー 753kcal たんぱく質 28.9g													

23 (月) ビーンズサンド(はいがサンドパン・ビーンズ) ぎゅうにゅう じゃがいものからあげ コンソメスープ	24 (火) こうやどうふのそぼろごはん(むぎごはん)* ぎゅうにゅう はくさいのおかかあえ みそしる	25 (水) ごはん ぎゅうにゅう ちくわのかばやき しおだれキャベツ* はるさめスープ	加工食品に含まれるアレルギーの原因物質について								
季節の食品のキャベツについて知る		高野豆腐について知る		ちくわについて知る		アレルギーの原因物質					
●胚芽サンドパン(減塩) 50	●じゃが芋のから揚げ 揚げ油 適量 じゃが芋 90 塩 0.2	●小麦ごはん 精白米 70 米粒麦 10	●白菜のおかかあえ 白菜 40 もやし 15 小松菜 15	●ごはん 精白米 80	●春雨スープ 水 120 厚けずり節(かつお) 3 とり肉(皮なし) 20 にんじん 10 塩 0.7 こしょう 0.02 春雨 1 片栗粉 6 しょうゆ 0.5	ハヤシライス	デミグラスソース	卵	乳	小麦	
●ビーンズサンド 油 0.5 にんにく 0.13 豚ひき肉(もも) 17 たまねぎ 22 にんじん 6 大豆 11 トマトケチャップ 1.7 トマトピューレ 5 砂糖 0.1 ウスターソース 2.2 塩 0.3 こしょう 0.01 チリパウダー 0.01 油 0.6 小麦粉 0.6	●コンソメスープ ベーコン 2 水 120 にんじん 10 たまねぎ 10 キャベツ 30 塩 0.5 こしょう 0.02 スープの素 1 うずら卵(水煮) 25	●高野豆腐のそぼろごはん 油 1 しょうが 0.5 豚ひき肉(もも) 40 にんじん 15 酒 1 みりん 2 ごま油 2.5 しょうゆ 5 凍り豆腐 5	●みそ汁 水 120 こんぶ 0.5 厚けずり節(かつお) 5 たまねぎ 20 じゃが芋 30 赤みそ 4.3 白みそ 4 生わかめ 3	●塩だれキャベツ ごま油 0.3 キャベツ 40 塩 0.25 白いりごま 1	●春雨 10 水 5 ゆで塩 5	カレグラタン	マカロニ	卵	乳	小麦	
エネルギー 666kcal たんぱく質 27.6g	エネルギー 602kcal たんぱく質 26.7g	エネルギー 581kcal たんぱく質 21.0g				コロツケ	コロツケ	卵	乳	小麦	
							ワンタンスープ	ワンタンの皮	卵	乳	小麦
							各種パン				
							※上記のアレルギー原因物質以外に給食で使う食品の中で、とり肉・豚肉・大豆・さば・さけ・いか・りんご・もも・ごまもアレルギーの原因となります。※調味料(しょうゆ、酢、みそ)に含まれるアレルギー物質は、除去の対象とはしません。※えび、かに、落花生、そば、くるみは使用しません。				
							＜日本の水産物活用メニュー＞ 今年度もほたてメニューを提供します！ 【実施日】13日(金) ほたて入り中華丼				

<p>12月、以下の食材について県内産のものを学校給食に取り入れます。</p> <ul style="list-style-type: none">○米(県産主体のブレンドになります)○牛乳○小松菜○大根 <p>※天候の影響により、県内産の食材が納入できない場合もあります。</p> <p>学校給食費の口座振替日(納期限)</p> <ul style="list-style-type: none">・第6期 令和6年12月2日(月)(11月分)・第7期 令和7年1月6日(月)(12月分) <p>*前日までに、登録口座残高の確認、入金をしていただきますようお願いいたします。</p>	<p>12月10日(火)の「かながわ産品学校給食デー」とは・・・</p> <p>神奈川県内産の食材の活用を通して、県内の農林水産物への理解を深めるとともに、食べ物の成り立ちを理解し、大切に育てることに繋げ、食育の推進を図ることを目的として実施する献立です。この日の、神奈川県内産の食材は、米・牛乳・小松菜・大根です。</p> <p>◇◇◇ 県内産食材について ◇◇◇</p> <p>米：品種は、はるみの予定です。小田原市・南足柄市・海老名市・藤沢市・綾瀬市・座間市・茅ヶ崎市・大和市・中井町・大井町・松田町・山北町・開成町・箱根町・寒川町などが主な産地です。</p> <p>牛乳：県内(主に相模原市・伊勢原市・秦野市・平塚市)産の生乳を優先的に使用しています。他に、千葉県・静岡県・栃木県・群馬県・宮城県・山形県・秋田県・岩手県・北海道産のものを使用する場合があります。 ※「県内産」の考え方について：主な原料の産地が県内であるものとしています。</p> <p>小松菜：令和4年の生産量は、全国6位(令和3年は5位)で、県内の主な産地は横浜市・平塚市・横須賀市です。今回は、みそ汁に使用する予定です。</p> <p>大根：令和4年の生産量は、全国5位(令和3年は5位)で、県内全域で栽培されています。特に、一大産地として三浦半島が有名です。県内の他の主な産地は、三浦市・横浜市・藤沢市・横須賀市です。今回はみそ汁に使用する予定です。</p>	<p>令和6年12月 (2024年12月) 献立表 (高津・宮前区) 給食回数 18回</p> <p>☆お知らせ☆ 給食開始日・終了日・休止日が学校ごとに異なりますのでご注意ください。ぜひ、学校からの配布物等でご確認されるようお願いいたします。 各ご家庭でも活用できるよう、献立ごとに食材や調味料をすべて分量(g(グラム))とともに記入しました(表中の分量は小学校中学年1人分のものです)。</p> <p>【給食目標】 食文化について考えよう(伝統的な食事) 【今月のねらい】 日本には伝統的な優れた食べ物や食べ方があることを知り、今の食事を見直す ※献立名の下には献立のねらいを記載しています。◎印の献立は今月のねらいに即した献立です。</p>
---	---	---