



徳島市小学校給食予定献立表



徳島市教育委員会

平成30年 12月分

日	曜	献立内容		材 料 名 (食 品 名)		
				赤 血 や肉 や骨 に なるもの	緑 体 の調子 を 整えるもの	黄 働 け力 や熱 に なるもの
3	月		代 休			
4	火	ごはん	牛乳 すきやき 厚焼き卵	牛乳 牛肉 豚肉 焼き豆腐 厚焼き卵	こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい 京ねぎ	精白米 強化米 もち麩 油 さとう
5	水	ごはん ひじきのり	牛乳 いかの天ぷら ばんさんすう	牛乳 いかの天ぷら 肉ハム きんし卵 ひじきのり	キャベツ きゅうり にんじん	精白米 強化米 油 はるさめ さとう ごま油
6	木	(ごはん)	牛乳 ドライカレー もずくスープ スティックチーズ	牛乳 豚肉 もずく 卵 とうふ チーズ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン えのきたけ 豆苗	精白米 強化米 油 カレールウ
7	金	米粉入り 小型パン レーズンクリーム	牛乳 五目うどん ごぼうサラダ ごまドレッシング	牛乳 とり肉 油揚げ かまぼこ わかめ	たまねぎ にんじん ねぎ ごぼう きゅうり とうもろこし	パン レーズンクリーム うどん ごまドレッシング
10	月	ごはん	牛乳 さばのみぞれ煮 ゆかりづけ みそ汁 プリン	牛乳 さばのみぞれ煮 油揚げ 赤みそ 白みそ	キャベツ ゆかり たまねぎ にんじん かぼちゃ ねぎ	精白米 強化米 プリン
11	火	ごはん	牛乳 肉じゃが おひたし ハニーピーナッツ	牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお	にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん はくさい	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう ハニーピーナッツ
12	水	ごはん	牛乳 高野豆腐の卵とじ きゅうりとわかめの酢の物	牛乳 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵 ちりめん わかめ	たまねぎ にんじん グリーンピース きゅうり キャベツ	精白米 強化米 さとう
13	木	(麦ごはん)	牛乳 ハヤシライス ブロッコリーのサラダ マヨネーズ	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく トマトピューレ ブロッコリー とうもろこし	精白米 強化米 押麦 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース マヨネーズ
14	金	米粉入り きなこあげパン	牛乳 オムレツ ボイルキャベツ ケチャップ わかめスープ	牛乳 きなこ オムレツ ベーコン わかめ とうふ	キャベツ たまねぎ にんじん チンゲン菜	パン 油 さとう
17	月	米粉入り 小型パン チョコレートパテ	牛乳 スパゲティミートソース 野菜サラダ 青じそドレッシング	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース にんにく トマトピューレ キャベツ きゅうり	パン チョコレートパテ スパゲティ 油
18	火	ごはん	牛乳 いわしフライ ボイルキャベツ ウスターソース みそけんちん汁	牛乳 いわしフライ とうふ とり肉 油揚げ 赤みそ 白みそ	キャベツ 大根 にんじん ごぼうこんにゃく ねぎ	精白米 強化米 油 じゃがいも
19	水	ごはん ふりかけ (瀬戸風味)	牛乳 おでん りんご	牛乳 とり肉 さつまボール うずら卵 がんとどき こんぶ	大根 にんじん こんにゃく りんご	精白米 強化米 さといも さとう
20	木	ごはん	牛乳 マーボー豆腐 えびしゅうまい	牛乳 豚肉 とうふ みそ えびしゅうまい	にんじん たまねぎ たけのこ グリーンピース ねぎ しょうが にんにく	精白米 強化米 油 さとう ラー油 ごま油 でんぷん
21	金	米粉入り小型 パンキンパン	牛乳 とり肉のワイン風味 かに入リスープ	牛乳 とり肉 かに身 わかめ	パンキンパウダー たけのこ たまねぎ にんじん	パン バター でんぷん 油 さとう はるさめ



は食育の日の献立です。今が旬の大根、さといも、りんごを使っています。
じっくり煮込んで味のしみ込んだおでんは、寒い冬にぴったりの料理です。
しっかり食べて、体をポカポカ温めましょう。

※パンについては、業務用のパンです。