



平成20年度12月中学校給食予定献立表



三島市立錦田学校給食共同調理場

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力のもとになる		緑の仲間 体の調子を整える		エネルギー (kcal) たんぱく質(g)
1 (月)	ポテトミートサンド・牛乳 あじのフリッター・マカロニスープ 果物・ココア牛乳の素	豚肉・鶏肉・あじ 鶏卵・ベーコン 白いんげん豆	牛乳 チーズ	パン・でん粉 小麦粉・マカロニ じゃがいも	食物油	小松菜 にんじん	玉葱 セロリ 果物	766kcal 32.0g
2 (火)	ご飯(麦)・牛乳 魚の卵焼き・うの花炒り煮 みそ汁	さつまいも 油揚げ・生揚げ おから・みそ	牛乳 わかめ	精白米・麦 じゃがいも	食物油 マヨネーズ	小松菜 にんじん 葉ねぎ	干し椎茸	780kcal 30.1g
3 (水)	チャンポンめん・牛乳 ぎょうざ・からし和え 果物	豚肉・鶏肉 ほたて貝・えび かまぼこ・いか	牛乳	中華めん でん粉・小麦粉 パン粉	食物油	ほうれん草 にんじん チゲソウ	玉葱・キャベツ・白菜 しなちく・もやし 干し椎茸・果物	741kcal 35.7g
4 (木)	手巻き寿司(のり)・合わせ酢・牛乳 (錦田揚げ・フィッシュ・厚焼き卵(手作り)) ささみサラダ・すまし汁	まぐろ・鶏卵 かまぼこ・豆腐 鶏ささ身	牛乳 焼きのり	精白米・麦 でん粉・焼きふ	食物油 マヨネーズ	小松菜 にんじん	キャベツ・きゅうり ホールコーン・玉葱 えのき茸	753kcal 32.3g
5 (金)	ご飯(麦)・牛乳 ししゃも竜田揚げ・切干大根の煮物 豚汁・のりの佃煮・ミルクプリン	ししゃも・油揚げ さつまいも・豆腐 豚肉・大豆・みそ	牛乳 脱脂粉乳 のりの佃煮	精白米・麦 でん粉・里芋 こんにゃく	食物油	にんじん 葉ねぎ さやいんげん	切干大根 干し椎茸・大根 ごま	788kcal 30.8g
8 (月)	揚げパン(2種)・牛乳 ミートボールシチュー カレーのポテト和え・加工小魚	きな粉 鶏肉 かたくちいわし	牛乳・脱脂粉乳 チーズ・粉寒天 卵・フィッシュボール	パン・でん粉 小麦粉・パン粉 じゃがいも	食物油 バター マーガリン	にんじん	玉葱・グリルド・ス・桃缶 パイ缶・みかん果汁 ぶどう果汁・りんご缶	767kcal 30.4g
9 (火)	ご飯(麦)・牛乳 ちくわの磯辺揚げ・しめじのお浸し けんちん汁・納豆(たれ・からし)	鶏肉・鶏卵 焼き竹輪 豆腐・納豆	牛乳 青のり	精白米・麦 こんにゃく・里芋 でん粉・小麦粉	食物油	ほうれん草 にんじん 葉ねぎ	キャベツ・大根 本しめじ ごま	754kcal 31.6g
10 (水)	チャーシューめん・牛乳 三色和え 大学芋	豚肉 みそ	牛乳	中華めん でん粉 さつまいも	食物油 ごま油 ごま	にんじん 葉ねぎ	玉葱・キャベツ 干し椎茸・たけのこ きゅうり	883kcal 32.3g
11 (木)	冬野菜カレー(麦ご飯)・牛乳 大根サラダ・福神漬 果物	豚肉・うすらの卵 ほたて貝 ポークハム	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	精白米・麦 じゃがいも カレールー	食物油 ごま油	にんじん ブロッコリー きゅうり	玉葱・加工ア・ホールソ 大根・キャベツ・りんご かぶ・福神漬・果物	875kcal 30.7g
12 (金)	《クリスマス献立》 わかめご飯(麦)・牛乳 鶏肉と大豆のトマトソースかけ 満天が・みそ汁・オムレットケーキ	鶏肉・大豆 ポークハム・みそ 油揚げ・鶏卵	牛乳・脱脂粉乳 生クリーム わかめ・ひじき	精白米・麦 小麦粉	食物油 マヨネーズ ごま	小松菜・トマト さやいんげん 葉ねぎ	玉葱・キャベツ ホールコーン ごま	915kcal 31.3g
15 (月)	玄米入り食パン・牛乳 いかのスペイン煮・シツカリんとう 野菜スープ・みかんゼリー	いか 鶏肉 大豆	牛乳 粉寒天 かえり煮干	パン でん粉 さつまいも	食物油 ごま アモド 50g	小松菜 にんじん パセリ	玉葱・白菜 みかん缶 みかん果汁	711kcal 33.3g
16 (火)	すき焼き丼(麦ご飯)・牛乳 みそ汁 りんごケーキ	豚肉・焼き豆腐 油揚げ・鶏卵 みそ	牛乳	精白米・麦 しらたき かつお・カツ	食物油・くるみ バター マーガリン	小松菜	玉葱・白菜・大根 えのき茸・根菜ねぎ りんご缶	842kcal 30.6g
17 (水)	《冬至献立》 ごま入り食パン・牛乳 南瓜コロッケ(手作り)・果物 蒸しキャベツ(1-1)・クラムチャウダー	豚肉・鶏卵 大豆 あさり	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	パン 小麦粉・パン粉 じゃがいも	食物油・ごま バター マーガリン	にんじん パセリ	玉葱・かぼちゃ キャベツ 果物	829kcal 32.3g
18 (木)	さくらご飯(麦)・牛乳 煮込みおでん・煮卵 グリーンサラダ・果物	焼き竹輪 さつまいも 鶏卵	牛乳 結び昆布	精白米・麦 こんにゃく 里芋	食物油 マヨネーズ	ブロッコリー	大根・きゅうり レタス・キャベツ ホールコーン・果物	733kcal 26.8g
19 (金)	天丼(麦ご飯)・牛乳 かき揚げ・さつま芋の天ぷら・たれ すまし汁・果物・型抜きチーズ	ポークハム 鶏卵・豆腐・いか 桜えび・たら	牛乳・ひじき チーズ ちりめんじゃこ	精白米・麦 小麦粉・でん粉 さつまいも	食物油 ごま油	小松菜 さやいんげん	玉葱 果物	848kcal 27.1g

【お知らせ】



学校給食で使用している小松菜・里芋・大根・セロリは、
三島市の山田地区の杉本正博さんの畑で栽培されたものです。
キャベツは、三島市の山田地区の小沼義彦さんの畑で栽培されたものです。
ほうれん草は、三島市の小沢地区の前島勲さんの畑で栽培されたものです。



錦田中学校

12月の給食は、12月19日(金)で終わりになります。

山田中学校

12月の給食は、12月12日(金)で終わりになります。