





日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄色の仲間 熱や力のもとになる	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)		
13 (火)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦		
	魚の西京焼き	さけ・みそ					
	五目豆	大豆・鶏肉・竹輪	尾布	人参	ごぼう・グリーンピース	こんにゃく 食物油	
	きのこのみそ汁	油揚げ・みそ		☆葉葱	☆しめじ・えのき茸 たもぎ茸	☆里いも	
	お茶卵ふりかけ	鶏卵		☆せん茶		ごま	
みかんムース		ホイップクリーム		☆みかんジュース			
14 (水)	冬野菜カレー(麦)・牛乳	☆豚肉	☆牛乳・チーズ 脱脂粉乳	ブロッコリー 人参	玉葱・かぶ・りんご カリフラワー・大根	☆精白米・麦・カレールウ ☆里いも・じゃがいも	食物油
	福神漬け						
	フレンチサラダ	ポークハム	チーズ		☆キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン缶		食物油
	ミニトマト			☆ミニトマト			
フルーツジュレ				パイン缶・もも缶・りんご ☆みかんジュレ・☆みかん缶			
15 (木)	肉丼(麦)・牛乳	☆豚肉	☆牛乳	人参	玉葱・根深ねぎ グリーンピース	☆精白米・麦 しらたき	食物油
	根菜と豆の和風スープ	ひよこ豆		人参 ☆小松菜	☆大根・☆キャベツ ☆しめじ・ごぼう		
	ソフトクリームヨーグルト		ヨーグルト				
16 (金)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦		
	ポテトの卵焼き(りー)	鶏卵・☆豚肉	☆牛乳		玉葱	じゃがいも	食物油
	マヨネーズサラダ	むきえび・ベーコン					
	みそ汁	ポークハム	ひじき	☆小松菜	☆キャベツ		マヨネーズ
	あさりの佃煮	まぐろの油漬け		☆葉葱	☆大根		
19 (月)	【クリスマス献立】 バターロール型パン・牛乳	鶏卵	☆牛乳			小麦粉 マーガリン	
	メイプルパン						
	ミートローフ(りー)	☆豚肉・豆腐 鶏卵	☆生クリーム	人参・パセリ	玉葱・グリーンピース	パン粉	バター 食物油
	粉ふきいも					じゃがいも	
	野菜スープ	ベーコン・あさり		☆小松菜・人参	☆白菜・玉葱		食物油
デザート	鶏卵	牛乳			小麦粉・チョコレート	食物油	
20 (火)	【冬至献立】 さくらご飯(麦)・牛乳		☆牛乳			☆精白米・麦	
	かぼちゃコロッケ			かぼちゃ	玉葱	小麦粉・パン粉	食物油
	ヒレカツ	☆豚肉				小麦粉・パン粉	食物油・白ごま
	蒸しキャベツ(りー)				☆キャベツ		白ごま
	ミニトマト			☆ミニトマト			
	みそ汁	豆腐・油揚げ・みそ	生わかめ	☆小松菜			
	アーモンドフィッシュ		小魚				アーモンド
21 (水)	うどん・牛乳		☆牛乳			うどん	
	うどん汁	かまぼこ・油揚げ		☆葉葱・人参	玉葱・☆しめじ・干し椎茸	でん分・小麦粉	
	桜えびのかき揚げ	☆桜えび・鶏卵		人参・小松菜	玉葱	小麦粉	食物油
	さつまいもの天ぷら					☆さつまいも	食物油
	ツナとほうれん草のごま和え	まぐろ油漬け		☆ほうれん草・人参	☆白菜		白ごま
	デザート	鶏卵				小麦粉	

【お知らせ】

☆ 県内産の食材

◆ 今月の給食は、15回の予定です。



今月の学校給食で使用している小松菜は、三島市山田地区の杉本正博さん、さつまいもと大根は坂本芳昭さん、しめじは川原ヶ谷地区の長谷川健一さん、葉葱と里いもは小沢地区の遠藤芳明さん、キャベツは塚原地区の川崎剛さんの畑で栽培されたものです。  
トマトソースは、三島ときめき連絡協議会トマトグループの皆さんの畑で栽培されたトマトを加工したものを使用しています。