

12月のよていにごんたてひょう



~2016年もあと少しになりました!~

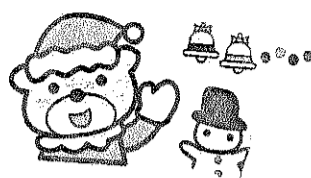
御嵩町学校給食センター

12月の献立は、寒さに負けないで元気に過ごせるよう、たんぱく質やビタミンが
 いっぱいの献立です。行事食もいっぱいです。

御嵩町産の食べ物

白菜・大根
 ほうれん草
 白かぶ・みそ
 だいず

<20日・クリスマス献立> 少し早目のクリスマスです。お楽しみに!
 <21日・冬至の献立> 昔から「冬至にかぼちゃを食べるとかぜを
 ひかない」といわれます。健康を保つための昔からの知恵です。
 <22日・年越しの献立> 大晦日にいわしや年越しのおかずを食べる習
 慣があります。今年元気に過ごせたことに感謝し、来年もよい年で
 あることを願って食べましょう。



★都合により、献立を変更することがあります。
 ご了承ください。 * ◎印は学校配送
 * 牛乳は毎日つきます。

★学校給食で使われている岐阜県産農産物は、
 「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、
 御嵩町、JA中央会から一部補助を受けています。

木 1日	金 2日
えんくうさとも コロケ そぼろごはんのぐ むぎごはん	だいごんのサラダ (あおじそドレ) あげごぼうこざかないり ふゆやさいの しよくパン クリームシチュー チョコ&ホワイト
小 698kcal 中 898kcal	小 703kcal 中 885kcal

月 5日	火 6日	水 7日	8日	9日
きりぼしだいごんの ごまあえ わかさぎ なんばんづけ むぎごはん かんとうに	ごぼうサラダ (かおりごまドレ) ヨーグルト さわらのもみじやき さといもごはん	ぶどうまめ おこのみやき ソース カレーうどん	はくさいのごまあえ みかん いわしのゴマだれ むぎごはん ぶたじる	ゆでやさい (マヨネーズ) チキンカツ きりめまるパン ポトフスープ
小 616kcal 中 802kcal	小 650kcal 中 877kcal	小 706kcal 中 903kcal	小 678kcal 中 835kcal	小 631kcal 中 805kcal
12日	13日	14日	15日 調理員おすすめ	16日
きんぴられんこん みかん さばのみそかけ むぎごはん よしのじる	シャキシャキ サラダ (かおりごまドレ) だいがくいも むぎごはん マーボー豆腐	キャベツのサラダ (やさしいっばいドレ) ごまおやこまめ ソフトめんミートソース	かぶサラダ (あおじそドレ) きんときまめ とりにくのからあげ だいごんごはん 小2・中3こ	かいそうサラダ (パンパンジードレ) やきハンバーグ カレーライス
小 662kcal 中 814kcal	小 709kcal 中 907kcal	小 712kcal 中 908kcal	小 668kcal 中 827kcal	小 702kcal 中 902kcal
19日	20日 早めのクリスマス	21日 冬至献立	22日 年越しの献立	23日
もやしのごまあえ みかん さわらのマヨネーズ やき むぎごはん みたけみそ みそしる	ブロッコリーサラダ (やさしいっばいドレ) クリスマス ケーキ てばもとの スパイスに アルファベット スープ くろパン	にんじんサラダ (あおじそドレ) かぼちゃのごまあえ むぎごはん すきやきに	ふゆやさいのごまあえ りんご まるほしいわしの からあげ むぎごはん としこしのおかず	てんのうたんじょうび 天皇誕生日
小 678kcal 中 855kcal	小 641kcal 中 834kcal	小 677kcal 中 854kcal	小 605kcal 中 781kcal	
26日 終業式	ビタミンAがたっぷりの 緑黄色野菜 ビタミンCを含む野菜 淡色野菜			
だいごんサラダ (パンパンジードレ) りんご ヨーグルト さけのムニエル チキンライス	~寒さに負けないために、野菜を食べてビタミンをとりましょう!~ 小 632kcal 中 780kcal			



◎3学期最初の10日(月)の献立は「カレーライス、かわはぎの天ぷら、大根サラダ、牛乳」です。

平成28年12月 学校給食予定献立表

御嵩町学校給食センター

1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)
けんちん汁	冬野菜のクリームシ	関東煮	星芋ごはん	カレーうどん汁	豚汁	ポトフ	よしの汁	麻婆豆腐	ミートソース	大根ご飯
里芋	ベーコン(豚)	だいこん・根	アルファ化米	たまねぎ	里芋	じゃがいも	かぶ・根・皮付	豚ひき肉	豚ひき肉	アルファ化米
油あげ	ワイン(白)	にんじん・皮	20	20	20	20	20	20	20	20
だいこん・根	たまねぎ	竹輪(焼き竹輪)	10	10	10	10	10	10	10	10
にんじん・皮	とうもろこし	玉はんぺん	25	25	25	25	25	25	25	25
ごぼう	はくさい	角昆布	1.2	1.2	1.2	1.2	1.2	1.2	1.2	1.2
冷凍豆腐	かぶ・根・皮付	こんにやく	20	20	20	20	20	20	20	20
鶏むね皮つき	じゃがいも	うすら卵・水煮	20	20	20	20	20	20	20	20
フレーク節	にんじん・皮	みりん(本みり)	1	1	1	1	1	1	1	1
しょうゆ(こい)	パセリ・乾	酒	1	1	1	1	1	1	1	1
和風だし	上新粉	しょうゆ(こい)	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5
塩(並塩)	チキンコンソメ	和風だし	1	1	1	1	1	1	1	1
円空里芋コロッケ	ダイスチーズ	フレーク節	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5
円空里芋コロッケ	ローリエ	わかさぎの甘酢	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01
大豆油	こしょう(白)	わかさぎ	40	40	40	40	40	40	40	40
豆みそ	塩(並塩)	塩(並塩)	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
三温糖	サラダ油	こしょう(白)	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02
みりん(本みり)	牛乳(調理用)	酒	1	1	1	1	1	1	1	1
酒	クリーム・乳脂	でんぷん	5	5	5	5	5	5	5	5
水	揚げごぼう小魚入り	大豆油	2	2	2	2	2	2	2	2
そぼろごはんの具	ごぼう 斜め切	しょうゆ(こい)	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5
鶏ひき肉	でんぷん	酢・穀物酢	2.3	2.3	2.3	2.3	2.3	2.3	2.3	2.3
三温糖	大豆油	三温糖	1	1	1	1	1	1	1	1
酒	バリッシュ	水	3	3	3	3	3	3	3	3
しょうゆ(うす)	白いりごま(炒)	唐辛子(一味)	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01
おろし生姜	しょうゆ(こい)	切干大根のごまあえ	2.6	2.6	2.6	2.6	2.6	2.6	2.6	2.6
にんじん・皮	三温糖	2 切り干し大根	4	4	4	4	4	4	4	4
みつば(根みつ)	みりん(本みり)	にんじん・皮	7	7	7	7	7	7	7	7
炒り卵	水	チンゲンツアイ	20	20	20	20	20	20	20	20
刻み生姜	大根サラダ	しょうゆ(こい)	3	3	3	3	3	3	3	3
委託委託	だいこん・根	三温糖	1	1	1	1	1	1	1	1
精白米(強化米)	にんじん・皮	白すりごま	2	2	2	2	2	2	2	2
おおむぎ・米粒	カットわかめ	委託委託	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5
普通牛乳	チンゲンツアイ	精白米(強化米)	1	1	1	1	1	1	1	1
牛乳(普通牛乳)	青じそドレッシ	おおむぎ・米粒	1	1	1	1	1	1	1	1
	チョコブラック&ホ	普通牛乳	1	1	1	1	1	1	1	1
	チョコブラック	牛乳(普通牛乳)	1本	1本	1本	1本	1本	1本	1本	1本
	食パン									
	食パン(給食用)									
	普通牛乳									
	牛乳(普通牛乳)									

16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	26日(月)	12月の加工食品		1/10日(火)
カレーシチュー	大根の味噌汁	アルファベツトスープ	すきやき	年越のおかず	チキンライス	2日(金)	26日(月)	カレーシチュー
じゃがいも	冷凍豆腐	アルファ化米	はくさい	だいこん・根	アルファ化米	チョコ&ホワイト	りんごヨーグルト	じゃがいも
にんじん・皮	えのきたけ	たまねぎ	にんじん・皮	にんじん・皮	鶏もも皮つき	砂糖・植物油	脱脂粉乳	にんじん・皮
たまねぎ	だいこん・根	にんじん・皮	かまぼこ	ごぼう	ワイン(白)	全粉乳・ココア	りんご果肉・果汁	たまねぎ
ダイスチーズ	にんじん	白菜	ねぎ	焼き豆腐	たまねぎ	カカオマス・乳化剤	加糖練乳・全粉乳	ダイスチーズ
豚もも肉2cm	油あげ	じゃがいも	糸こんにやく	星芋	にんじん・皮	ヘーゼルナッツ	砂糖・果糖	豚もも肉2cm
サラダ油	カットわかめ	チキンコンソメ	豚肩ロース	油あげ	2 グリンピース	香料	インマルゴオリゴ糖	サラダ油
おろし生姜	ねぎ	塩(並塩)	焼き豆腐	和風だし	0.6 サラダ油	1 脱脂粉乳・乳糖	ホエイパウダー	おろし生姜
おろしにんにく	フレーク節	こしょう(白)	10 糸昆布	1.5 洋風だし	1.3 ヨーグルト	1.3 ココアパウダー	寒天・香料	おろしにんにく
ワイン(赤)	和風だし	しょうゆ(うす)	しょうゆ(こい)	5 しょうゆ(こい)	2 しょうゆ(白)	0.03 ヨーグルト	クリーム・ビタミン	ワイン(赤)
塩(並塩)	みたけみそ	手羽元のスパイス煮	しょうゆ(こい)	7 みりん(本みり)	2 ケチャップ 3	15 ソース(ウスタ)	増粘多糖類	塩(並塩)
こしょう(白)	豆みそ	手羽元(若鶏肉)	三温糖	2.5 フレーク節	2 ケチャップ 3	15 ソース(ウスタ)		こしょう(白)
洋風だし	さわらのマヨネーズ	しょうゆ(こい)	酒	1 こんにやく ス	15 三温糖	0.6 糖質ニエル		洋風だし
脱脂粉乳(輸入)	3 さわら	三温糖	4.2 和風だし	0.8 三温糖	0.6 糖質ニエル			おろしりんご
しょうゆ(こい)	1.2 こしょう(白)	0.03 酒	3 かぼちゃの天ぷら	丸干しいわしのから	さけ	1切 乳たんぱく		脱脂粉乳(輸入)
ケチャップ 3	5 塩(並塩)	0.4 ローリエ	0.01 西洋かぼちゃ	1切 いわし(マイ)	1尾 しょうゆ(白)	0.03 乳糖		しょうゆ(こい)
ソース(中濃)	4 酒	1.5 タイム	0.01 塩(並塩)	0.1 でんぷん	2.2 塩(並塩)	0.4 ビフィズ菌		ケチャップ 3
サラダ油	3.7 たまねぎ	10 オールスパイス	0.01 でんぷん	2 大豆油	2 酒	1 小麦粉・薄力粉		ソース(中濃)
純カレー	0.55 しめじ(ほんし)	5 プロコリーザ	5 小豆粉・薄力粉	0.1 白粟とほうれん草の	小豆粉・薄力粉	3 有塩バター		ルウ用小麦粉
ハンバーグのケチャ	1 アルミカップ	1枚 こんにやく	8 黒ごま	0.7 もやし(緑豆)	20 レモン果汁 卓	2.5 大根サラダ		サラダ油
チキン&ポーク	1 もやしのごまあえ	40 野菜いっぱい	6 人参サラダ	にんじん・皮	5 だいこん・根	40 大根サラダ		純カレー
ケチャップ 3	8 もやし(緑豆)	15 クリスマスケーキ	15 にんじん・皮	20 白いりごま(炒)	1 とうもろこし	8 クリスマスケーキ		かわはぎの天ぷら
ソース(中濃)	3 チンゲンツアイ	1 クリスマスケーキ	10 むぎ枝豆	10 すりごま	1 しょうゆ(こい)	2.8 チンゲンツアイ		のしかわはぎ
三温糖	0.5 にんじん・皮	1 黒パン	30 もやし(緑豆)	30 しょうゆ(こい)	0.6 糖質ニエル	6 糖質ニエル		小麦粉・薄力粉
ワイン(赤)	1 とうもろこし	3 黒さとらパン	1 青じそドレッシ	6 普通牛乳	1 委託委託	1 委託委託		ベーキングパウ
海藻サラダ	1 酢・穀物酢	1 普通牛乳	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		あおのり(寒干)
海藻ミックス	20 三温糖	1 牛乳(普通牛乳)	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		大豆油
キャベツ	20 ごま油	0.5 牛乳(普通牛乳)	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		わかめ入りサラダ
大根	20 白いりごま(炒)	0.6 牛乳(普通牛乳)	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		カットわかめ
にんじん・皮	5 すりごま	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		キャベツ
棒々鶏ドレ	5 みかん	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		だいこん
委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		にんじん・皮
精白米(強化米)	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		とうもろこし
おおむぎ・米粒	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		青じそドレッシ
普通牛乳	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		委託委託
牛乳(普通牛乳)	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		精白米(強化米)
	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		おおむぎ・米粒
	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		普通牛乳
	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託	1 委託委託		牛乳(普通牛乳)

3学期、
始業式の献立は
・カレーライス
・かわはぎ天ぷら
・大根サラダ
・牛乳 です。

<学校給食の産地表示について>
米・・・岐阜県 牛乳・・・岐阜県 パン、麺・・・岐阜県及び輸入小麦粉 青果類等・・・町内産、岐阜、愛知、北海道、長崎、長野県等
食肉・・・岐阜、宮崎、佐賀、徳島等 魚介類・・・北海道、大分、韓国、アメリカ、ノルウェー、カナダ等