

# 12月の献立



12月の給食目標

病気に負けない  
体を作ろう!



## 12月の スペシャルメニュー

12月3日(火)~6(金)  
むし歯予防週間  
スペシャルメニュー

健康な歯に欠かせない食材や  
カミカミメニューが登場します。

**12月16日(月)**  
**献立リレー**  
**鹿児島県編**

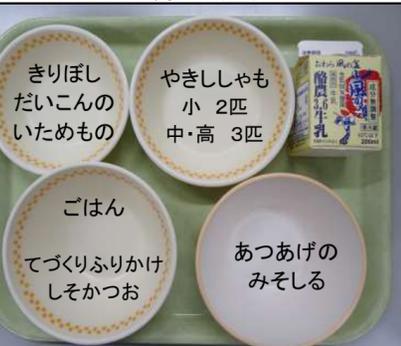
鹿児島県のおいしい料理  
「さつまじる」を味わいましょう!





**12月20日(金)**  
**クリスマス献立**

給食でクリスマス気分を  
味わいましょう♪

12月2日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)
休業日	 <p>キャロットソテー チリコンカン バタートースト ABCスープ</p>	 <p>キャベツのおおじそあえ レバーとごんさいのみそがらめ ごはん すましじる</p>	 <p>はくさいのごまあえ ちぐさやき むぎごはん ぐだくさんみそしる</p>	 <p>きりぼしだいごんのいためもの やきししやも小2匹 中・高3匹 ごはん あつあげのみそしる</p>
	エネルギー: 799kcal たんぱく質: 33.6g 脂質: 34% 	エネルギー: 769kcal たんぱく質: 30.0g 脂質: 24% 	エネルギー: 737kcal たんぱく質: 30.1g 脂質: 29% 	エネルギー: 730kcal たんぱく質: 36.1g 脂質: 26% 
12月9日(月)	12月10日(火)	12月11日(水)	12月12日(木)	12月13日(金)
 <p>きざみあえ しろみざかなフライ ごはん 冬やさいのみそしる</p>	 <p>さつまいもとかぼちゃのサラダ ポークチャップ しょくパン とうにゅうスープ</p>	 <p>ひじきのにも ぶたにくのこうみソース むぎごはん なめこのみそしる</p>	 <p>こまつなおひたし あかうおのてりやき ごはん ぶたじる</p>	 <p>パンプキンマフィン とりにくときのこのとうにゅうクリームパスタ グリーンサラダ</p>
エネルギー: 723kcal たんぱく質: 32.4g 脂質: 25%	エネルギー: 768kcal たんぱく質: 30.0g 脂質: 32%	エネルギー: 723kcal たんぱく質: 31.5g 脂質: 23%	エネルギー: 716kcal たんぱく質: 31.5g 脂質: 22%	エネルギー: 736kcal たんぱく質: 35.1g 脂質: 29%
12月16日(月)	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)
 <p>かぶのあまづつけ さばのゆずみそやき ごはん さつまじる</p>	 <p>はるまき いかとやさいのしおこうじため ごはん たまごとコーンのスープ</p>	 <p>チーズ シーフードカレー キャベツときゅうりのあえもの</p>	 <p>コールスロースラダ オープンオムレツ コッペパン ポトフ</p>	 <p>カラフルサラダ ★ハンバーグ ★とりにくのオープンやき ごはん クリスマスデザート ミネストローネ</p>
エネルギー: 749kcal たんぱく質: 32.3g 脂質: 24% 	エネルギー: 769kcal たんぱく質: 29.1g 脂質: 24%	エネルギー: 752kcal たんぱく質: 28.4g 脂質: 25%	エネルギー: 716kcal たんぱく質: 29.1g 脂質: 29%	エネルギー: ★727kcal / ☆692kcal たんぱく質: ★23.0g / ☆27.9g 脂質: ★22% / ☆22% 

(食材の都合で変更することがあります)

