

12月献立予定表

中学校
神崎町給食センター

2023年

日	曜日	献立名		主な材料とその働き						栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 塩分相当量(g)			
				【赤】主に体の組織をつくる		【緑】主に体の調子を整える		【黄】主にエネルギーとなる					
				1群	2群	3群	4群	5群	6群				
1	金	ごはん	○	ハヤシライス	ヨーグルト和え	豚肉	牛乳	人参	えのき	マッシュルーム	米	生クリーム	947
4	月	ごはん	○	ブルコギ丼	かみかみサラダ	豚肉	牛乳	人参	玉ねぎ	コーン	米	サラダ油	888
5	火	ごはん (千葉県産の味付けのり)	○	ブリ漬けフライ	大豆の磯煮	大豆	ブリ	人参	大根	白菜	米	小麦粉	772
6	水	ごはん	●	豆腐ハンバーグ	和風あん	豆腐	牛乳	ほうれん草	キャベツ	白菜	米	マヨネーズ	821
★オリジナルサンドイッチ給食★													
7	木	横割りコッペパン (りんごジャム)	○	野菜コロッケ	マヨごぼうサラダ	ベーコン	牛乳	人参	ごぼう	キャベツ	米	大豆油	783
8	金	ごはん	○	ねぎ塩だれチキン	ナムル	鶏肉	牛乳	人参	ほうれん草	長ねぎ	米	ごま油	785
11	月	ごはん	○	ホッケの一夜干し	磯和え	ホッケ	牛乳	人参	ほうれん草	えのき	米	サラダ油	815
12	火	ごはん	○	ジャンボ餃子	しゃきしゃき棒々鶏サラダ	豚肉	牛乳	人参	人参	キャベツ	米	ごま油	819
13	水	ごはん	●	豚肉のみそ風味焼き	きゅうりのおかか和え	豚肉	こんぶ	小松菜	きゅうり	人参	米	サラダ油	777
14	木	コッペパン (キャラメルパテ)	○	鶏肉のマーマレード焼き	ツナサラダ	鶏肉	牛乳	人参	ブロッコリー	キャベツ	パン	バター	807
15	金	ごはん	○	チキンカレー	海藻とこんにゃくのサラダ	鶏肉	牛乳	人参	人参	玉ねぎ	米	カレーパウダー	863
18	月	ごはん	○	マーボー豆腐丼	春雨サラダ	豆腐	牛乳	人参	人参	長ねぎ	米	アーモンド	827
19	火	ごはん	○	ハムチーズサンドフライ	焼肉サラダ	ハム	牛乳	人参	人参	きゅうり	米	大豆油	835
★冬至(とうじ)給食★													
20	水	ごはん	○	れんこん入りメンチカツ	寒天サラダ	豚肉	牛乳	人参	人参	キャベツ	米	大豆油	807
★クリスマス給食★													
21	木	ペンネツナ トマトソース	○	ハンバーグ	きのこソース	豚肉	牛乳	人参	人参	えのき	米	生クリーム	811

※都合により献立や材料を変更することがあります。ご了承ください。
裏面もご覧ください。

☆12月分学校給食用食材の産地(予定)についてお知らせします☆

品名	産地	品名	産地	品名	産地
米	神崎町	にんにく	青森県	みかん缶	愛知県・静岡県・神奈川県
牛乳	千葉県	長ねぎ	千葉県・茨城県	パイン缶	タイ
じゃがいも	北海道	白菜	茨城県	里芋(冷凍)	大分県
かぶ	千葉県・茨城県	パセリ	千葉県・茨城県・香川県	大豆(水煮)	北海道
かぼちゃ	北海道・秋田・新潟・山形	ピーマン	茨城県	コーン(冷凍)	北海道
キャベツ	千葉県・茨城県	パプリカ	韓国	ロマネスコ(冷凍)	エクアドル
きゅうり	千葉県・茨城県	ほうれん草	千葉県・茨城県	小松菜(冷凍)	大分県
ごぼう	青森県	もやし	千葉県	たけのこ(水煮)	国産
こまつな	千葉県・茨城県	れんこん	神崎町	コーン(冷凍)	北海道
しょうが	高知県	えのきたけ	新潟県	ブロッコリー(冷凍)	エクアドル
大根	千葉県・茨城県	しめじ	長野県	枝豆(冷凍)	北海道
玉ねぎ	北海道	ブリ(冷凍)	三陸	ほうれん草(冷凍)	大分県
チンゲン菜	千葉県・茨城県	ホッケ(冷凍)	北海道	ゆめオレンジ(紅マドンナ)	愛媛県・高知県
にら	千葉県・茨城県	りんご	青森県・長野県	わかめ(乾燥)	三陸
人参	千葉県・茨城県	豚肉	千葉県	鶏肉	国産

※当日の入荷状況により、あらかじめ予定していた産地以外の産地になる場合もあります。

学校給食
摂取基準
830
27.0~41.5
2.5g未満