

令和3年 12月献立予定表

(17回) 台東育英小学校

日曜	献立名	牛乳	肉	魚や卵になるもの	鶏や卵になるもの	鶏や卵になるもの	鶏や卵になるもの	鶏や卵になるもの	鶏や卵になるもの	鶏や卵になるもの	たんぱく質	
1	やきとり丼		鶏肉	高野豆腐	精白米	油	砂糖	でんぷん	しょうが	長ねぎ	玉葱	657
水	たぬき汁		みそ		油				こんにやく	ごぼう	人参	大根
	ふかしいも							さつまいも				24.6
木	ごはん				精白米							
	さばのみそ煮		さば	みそ	砂糖				しょうが			552
木	辛子煮浸し		糸削り節						もやし	小松菜	人参	
	すまし汁		豆腐	わかめ					長ねぎ	えのきたけ		26.6
3	キャロットライス				精白米				人参			
	ポークピカタ		豚肉	卵	粉チーズ				小麦粉	油		599
金	ブロッコリーソテー							油				
	青菜とコーンのスープ							でんぷん	人参	玉葱	キャベツ	コーン缶
4	ピザサンドトースト							食パン	玉葱	マッシュルーム	ピーマン	576
	ポテトスープ		鶏肉						じゃがいも		キャベツ	
土	果物(みかん)											25.9
	切り干しご飯				油揚げ				精白米	精麦	油	
7	魚のピリ辛焼き		ホキ						砂糖	油		524
	春菊入りキャベツのごま和え								白ごま	ねりごま	三温糖	
火	なめこ汁		豆腐	みそ								26.1
	スパゲッティカレーソース		鶏ひき肉	粉チーズ					スパゲティ	油	バター	603
水	コールスローサラダ								油	砂糖		
	果物(メロン)											24.2
9	胚芽米ごはん								精白米	胚芽精米		
	ゼリーフライ		おから						じゃがいも	小麦粉	油	607
木	エリンギとチンゲン菜のソテー								油			
	豚肉と白菜のスープ		豚肉									21.1
10	ビスキュイパン		卵						丸パン	バター	砂糖	小麦粉
	アップルドレッシングサラダ								油	砂糖		565
金	冬野菜のカントリースープ		鶏肉						油	春雨		20.6
	ごはん								精白米			
13	ひじきとおかかのふりかけ								干しひじき	糸削り節		
	生揚げと大根の煮物								砂糖	白ごま		612
月	さつまいも		鶏肉	みそ					さつまいも			
	果物(みかん)											22.6

日曜	献立名	牛乳	肉	魚や卵になるもの	鶏や卵になるもの	鶏や卵になるもの	鶏や卵になるもの	たんぱく質
14	野菜菜ご飯				精白米	油	白ごま	野沢菜
火	鮭の照り焼き		鮭					砂糖
	千草煮		卵	油揚げ				油
15	五目みそ汁		豆腐	みそ				じゃがいも
	チャンポン麺		豚肉	焼き竹輪				蒸し中華麺
水	ポテトのチーズ焼き							油
	果物(りんご)							
16	ジャンボ餃子		豚ひき肉					餃子の皮
	コロコロ野菜の南蛮漬け							ごま油
木	豆腐とわかめスープ		豆腐	わかめ				
	ソフトフランスパン							ソフトフランスパン
17	イタリアンオムレツ		鶏ひき肉	卵				油
	豚肉とコーンの煮込み		ベーコン	豚肉	ひよこ豆			油
金	キムチチャーハン		豚肉					精白米
	小大豆もやしナムル							砂糖
月	中華スープ		豆腐					春雨
	鶏団子炒りほうとう		鶏ひき肉	みそ				でんぷん
21	山梨県の郷土料理							ほうとう麺
	江戸菜のゆず香炒め		豚肉					三温糖
火	果物(紅マドンナ)							
	じゃご飯							ちりめんじゃこ
22	かぼちゃのコロッケ		豚ひき肉					油
	ゆでキャベツ							
水	みそけんちん汁		豆腐	みそ				ごま油

23日は「セレクト給食」です

23	ケチャブライス				精白米	油		トマト缶
	フライドチキン		鶏肉					小麦粉
	青のりポテトフライ		青のり					じゃがいも
木	パスタスープ		ベーコン					マカロニ
	ピーゼリー		粉寒天					砂糖
	ケチャブライス				精白米	油		トマト缶
23	ローストチキン		鶏肉					油
	青のりポテトフライ		青のり					じゃがいも
	パスタスープ		ベーコン					マカロニ
木	つぶつぶオレンジゼリー		粉寒天				砂糖	

※献立は、学校行事、その他の都合で変更することがあります。
 ※衛生管理上、果物以外の食材はサラダを含めてすべて加熱しています。
 ※料理名を右にたどると、その料理に使われている材料と働きがわかります。
 ※給食の放射能検査結果は、台東区のホームページに記載されています。



★23日はセレクト給食です。事前を選んで献立A・Bのどちらかを食べます。
 ★2学期の給食は23日で終了です。3学期は1月12日より始まります。

