

※材料の都合で、献立を変更することがあります

## 献立表



播磨町教育委員会

	12/2(月)	12/3(火)	12/4(水)	12/5(木)	12/6(金)
献立	ごはん・牛乳 小松菜のすまし汁 おからチキンカツ きゅうりとわかめの酢の物	パン・牛乳 わかめスープ 野菜のソース炒め ミックスフルーツ	ごはん・牛乳 みそ春雨スープ きんぴら 味つけのり	麦ごはん ハヤシライス 牛乳 ハムサラダ	わかめごはん・牛乳 さつまい 鮭のから揚げ えのきのおかか和え
材料	米 牛乳 豆腐 焼きかまぼこ 小松菜 にんじん おからチキンカツ きゅうり わかめ	パン 牛乳 わかめ 豆腐 鶏ももむね肉 たまねぎ にんじん 豚ひき肉 ビーフン キャベツ みかん・もも・バインシロップ漬け	米 牛乳 豚肉 春雨 たけのこ(水煮) たまねぎ にんじん なら にんにく 鶏ももむね肉 さつまい さまぎこぼろ ピーマン 味つけのり	米 米粒麦 牛乳 豚肉 たまねぎ にんじん トマト100%ジュース キャベツ チキンハム ノンエッグマヨネーズ	米 わかめ 牛乳 豚肉 さつまい 大根 にんじん 青ねぎ 鮭 米粉 えのきたけ 糸かつお
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
献立	12/9(月) 麦ごはん・牛乳 じゃが芋のみそ汁 いわしのかば焼き キャベツの甘酢和え	12/10(火) パン・牛乳 ひじきスパゲッティ 大根とツナのサラダ チーズ	12/11(水) ごはん・牛乳 もずくスープ きゅうりのナムル かぼちゃプリン	12/12(木) 食パン・黒豆きなこクリーム 牛乳 ポークビーンズ フレンチサラダ	12/13(金) 音楽会のため 給食なし
材料	米 米粒麦 牛乳 じゃが芋 たまねぎ にんじん 豆腐 油揚げ 青ねぎ いわし キャベツ とうもろこし	パン 牛乳 スパゲッティ ひじき 油揚げ にんじん 鶏もも肉 むぎ枝豆 さつまい 大根 きゅうり まぐろ油漬け ノンエッグマヨネーズ チーズ	米 牛乳 もずく 豆腐 鶏ももむね肉 たまねぎ にんじん きゅうり かぼちゃプリン	食パン 牛乳 大豆 豚肉 じゃが芋 たまねぎ にんじん 粉チーズ キャベツ 小松菜 黒豆きなこクリーム	
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	
献立	12/16(月) ごはん・牛乳 豆腐とたまねぎのみそ汁 鶏肉の甘辛煮 ビーフンサラダ	12/17(火) パン・牛乳 ポトフ 豚肉のケチャップ炒め りんごゼリー	12/18(水) ごはん・牛乳 和風煮 (冬至かぼちゃ) ほうれん草のソテー かつおふりかけ	12/19(木) いちごジャムパン 牛乳 かやくうどん (年越しうどん) エビカツ	12/20(金) ごはん・コンソメスープ タンドリーチキン (クリスマス献立) シュークリーム アップルキャロットジュース
材料	米 牛乳 たまねぎ 油揚げ にんじん 麩 青ねぎ 鶏もも肉 しょうが にんにく ビーフン キャベツ 小松菜 ノンエッグマヨネーズ	パン 牛乳 あらびきチキンウインナー たまねぎ にんじん キャベツ 大根 豚肉 セロリー りんごゼリー	米 牛乳 かぼちゃ 豚肉 たまねぎ にんじん 厚揚げ むぎ枝豆 ほうれん草 チキンハム とうもろこし かつおふりかけ	いちごジャムパン 牛乳 うどん 鶏もも肉 焼きかまぼこ にんじん 干しいたけ 油揚げ 青ねぎ エビカツ	米 ベーコン たまねぎ にんじん じゃが芋 セロリー パセリ 鶏もも肉 ヨーグルト シュークリーム アップルキャロットジュース
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
◆印の給食献立は預かり保育の人向けです。					
献立	12/23(月) <b>終業式</b>	◆12/24(火) パン・牛乳 ビーフシチュー スパゲッティサラダ おさつスティック	◆12/25(水) ごはん・牛乳 肉じゃが さばの塩焼き みかんゼリー	12/26(木) 預かり保育なし 12月の平均栄養価 エネルギー 440 kcal たんぱく質 18.3g 脂質 15.4g カルシウム 222mg 鉄 1.8mg 食塩相当量 1.7g 食物繊維 3.1g	◆12/27(金) ごはん・カレー 牛乳 キャベツとささみのサラダ みかんシロップ漬け
材料	給食なし	パン 牛乳 じゃが芋 牛肉 たまねぎ にんじん セロリー 粉チーズ トマト100%ジュース トマトピューレ スパゲッティ きゅうり まぐろ油漬け ノンエッグマヨネーズ おさつスティック	米 牛乳 豚肉 じゃが芋 たまねぎ にんじん むぎ枝豆 厚揚げ さば みかんゼリー		米 牛乳 まぐろ油漬け じゃが芋 たまねぎ にんじん 粉チーズ トマトピューレ キャベツ きゅうり 鶏ささみ ノンエッグマヨネーズ みかんシロップ漬け
おやつ		お菓子	お菓子		お菓子

サンタさん  
(稲美乳販さん)  
からのプレゼント



12月20日(金) シュークリーム

稲美町にある 株式会社稲美乳販さんからのクリスマスプレゼントです！  
元気いっぱいの心と体の健康を願って、みなさんにシュークリームをプレゼントいただきました。

ふんわりなめらかなクリームたっぷりのシュークリームを味わってください。

### ～ 12月の行事食 ～

12月21日 冬至(とうじ)

冬至は一年で一番夜が長い日です。この日はゆず湯に入って健康を願う行事があります。  
給食では、18日になんきん(かぼちゃ)がでます。  
冬至に“ん”のつく食べ物を食べると、「運」を呼ぶといわれています。

