

令和元年12月学校給食献立表

柳井市立学校給食センター TEL(0820)22-1312

ブログQRコード



日曜	こんだて	あか おもにからだをつくる		みどり おもにからだの調子をととのえる		きいろ おもにエネルギーのもとになる		エネルギー	
		たんぱくしつ	おきしつ	カロテン	ビタミンC	たんすいかぶつ	ししつ	小	中
2月	わかめごはん	ちくさたまごやき	たまご	にんじん	グリーンピース しいたけ	でんぶん さとう	あぶら	674	793
	⑧	ブロッコリーのごまあえ		ブロッコリー	とうもろこし たけのこ	さとう	ごま		
		じゃがいものそばろに	とりにく ちくわ なまあげ	にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも こんにやく	さとう でんぶん	25.4	28.9
3火	むぎごはん	はつぼうさい	ぶたにく いか	にんじん きぬさや	はくさい たまねぎ	でんぶん さとう		653	794
	⑧	ごまじゃこサラダ	とりささみ	しらすぼし	セロリ キャベツ	さとう	ごま ごまあぶら	30.2	36.0
		みかん			みかん				
4水	コッペパン	けんさんりんごジャム				こめこパン りんごジャム		716	839
	⑧	やまぐちけんさんわぎゅうコロケ	ぎゅうにく		たまねぎ	じゃがいも	あぶら		
		ゆでキャベツ		果産100%献立	★キャベツ	パンこ			
		やまぐちやさいのとうにゅうシチュー	とりにく とうにゅう	★にんじん チンゲンサイ はなごりー	★はくさい	こむぎこ	マーガリン	23.6	28.1
5木	むぎごはん	まあぼーどうふ	どうふ ぶたにく	にんじん にら	たまねぎ はくさい	★こめ むぎ		687	838
	⑧	きりぼしだいこんのベーコンいため	ベーコン	にんじん こまつな	しいたけ しょうが	さとう でんぶん	ごまあぶら	27.7	32.4
6金	きんぎょまいごはん	けんさんさばのしおやき	さば			★こめ ★あかさい		690	855
	⑧	れんこんきんぴら	はもいりてん	果産100%献立	★にんじん	さとう	ごま ごまあぶら		
		さつまじる	ぶたにく みそ	★にんじん ねぎ	★はくさい ★だいこん	★さつまいも		30.2	36.7
9月	むぎごはん	トンひじき	ぶたにく あかみそ	ひじき	しろねぎ しょうが	★こめ むぎ	ごま ごまあぶら	693	803
	⑧	けんちんうどん	とりにく あぶらあげ	にんじん ねぎ	★だいこん しいたけ	うどん さといも			
		ラ・フランスゼリー	どうふ かまぼこ			ラ・フランスゼリー		29.1	34.4
10火	むぎごはん	ふゆやさいのカレー	ぎゅうにく ひよこまめ	にんじん	たまねぎ ★だいこん	★こめ むぎ		709	881
	⑧	にんじんしりしり	まぐろみずに たまご	にんじん	★はくさい りんご	じゃがいも	カレールウ		
		りんご	かつおぶし		もやし		ごまあぶら あぶら	25.2	29.7
11水	コッペパン	チリコンカン	だいず			こめこパン		670	806
	⑧	はるさめスープ	おおふくまめ ぶたにく	にんじん	たまねぎ マッシュルーム	さとう こむぎこ			
		アップルソースあえ	きんときまめ	にんじん ほうれんそう	ほしどう	はるさめ	ごま	24.2	28.6
12木	しろごはん	ちきんちきんれんこん	とりにく			★こめ		721	879
	⑧	けんちよう	ぶたにく あぶらあげ	果産100%献立	れんこん	さとう でんぶん	あぶら		
		みかん	どうふ	★にんじん こまつな	★だいこん ★きくらげ	さとう	ごまあぶら	28.3	33.0
13金	むぎごはん	さけのゆうあんやき	さけ		ゆず	★こめ むぎ		640	770
	⑧	だいこんなます	だいず ひらてん	にんじん	★だいこん	さとう	ごま		
		なまあげとひじきのにも	とりにく なまあげ	にんじん さやいんげん		さとう こんにやく	あぶら	29.7	33.0
16月	むぎごはん	ぎゅうにくといとこんにやくのあまからに	ぎゅうにく			★こめ むぎ		660	815
	⑧	かすじる	さけ あぶらあげ みそ	にんじん	ごぼう	こんにやく さとう	ごま	26.0	31.2
17火	むぎごはん	けんさんあじのアングリーズ	あじ			★こめ むぎ		700	855
	⑧	じゃがいもとこんにやくのいそに	とりにく なまあげ	ひじき	えだまめ	さとう こんにやく	あぶら	30.5	36.1
18水	ことうパン	にくだんごのあまずあん	とりにく ぶたにく	にんじん さやいんげん	たまねぎ しょうが	こめこパン ことう		723	931
	⑧	れんこんごまネーズ	ぎゅうにく		だいのこ	じゃがいも さとう	あぶら		
		りんご	とりささみ		れんこん とうもろこし	さとう	ごま ノンエッグマヨネーズ	26.2	33.4
19木	むぎごはん	にこみおでん	とりにく がんもどき			★こめ むぎ		697	854
	⑧	レモンあえ	うずらたまご	こむぎ	だいこん	さといも こんにやく	さとう		
		スナックアーモンド	やさいなかにんじん	しらすぼし	★キャベツ きゅうり		アーモンド あぶら	25.8	31.1
20金	むぎごはん	ぶりのてりやき	ぶり			★こめ むぎ		665	809
	⑧	かぼちゃのマヨあえ	だいず おおふくまめ	かぼちゃ		さとう みずあめ			
		だいこんのみそしる	きんときまめ	★ねぎ	★だいこん えのきたけ	ノンエッグマヨネーズ		29.8	35.7
23月	チキンライス	ハンバーグ	とりにく	ぎゅうにく	にんじん	★こめ むぎ	マーガリン	いちご 749	いちご 968
	⑧	ポトフ	とりにく ぶたにく		たまねぎ	パンこ でんぶん		いちご 751	いちご 870
		セレクトケーキ(いちごorショコラ)	ウィンナー		★キャベツ たまねぎ	さとう		いちご 26.6	いちご 29.8
24火	むぎごはん	ピピンバ	ぎゅうにく たまご	にんじん こまつな		★こめ むぎ		699	864
	⑧	とうふチゲ	どうふ	にんじん にら	にんにく しょうが	あぶら ごま ごまあぶら			
		キウイフルーツ	やさしいみれ みそ		★はくさい しろねぎ			26.7	32.1
					えのきたけ				
					キウイフルーツ				

※材料の都合により、献立を変更することがあります。

○柳井市でとれたおいしい食材を使っています！

- ・材料の太字は山口県産の食材を使用する予定です。
- ・太字の材料の前に「★」のついているものは柳井市産です。
- ・米は柳井市産の「きぬむすめ」を使用しています。
- ・山口県産とうふの大豆は「サチユタカ」を使用します。

阿月
余田



阿月



伊保庄

余田



余田