



令和6年度 12月の学校給食予定献立表



大和町学校給食センター

日 曜	給食のない 学校 学年 など	スプーン	献立名	赤の食べ物	緑の食べ物	黄の食べ物	栄養価・小 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂 質(g) 塩 分(g)	栄養価・中 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂 質(g) 塩 分(g)
				血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)	体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)	熱や力になる (炭水化物・脂質)		
2月	吉田小5年 落合小		ごはん 国産納豆(たれ付き) 豚キムチ なめこのみそ汁	牛乳 豚肉 大豆 豆腐 みそ かたくちいわし	にんじん いら キャベツ しょうが にんにく だいこん たまねぎ はくさい 根菜ねぎ なめこ	ごはん ごま油 三温糖 砂糖	630 33.6 21.1 2.2	786 40.0 23.7 2.8
3火	小野小6年2組 K・Kさん リクエストメニュー	◎	ごはん マーボー豆腐 まめまめサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 大豆 みそ 豆腐 ハム かつお節 鶏卵 ヨーグルト	えだまめ にんじん しょうが にんにく 根菜ねぎ だけのこ とうもろこし ドレッシング	ごはん 米サラダ油 三温糖 ごま油 植物油 砂糖 でん粉 小麦粉 25.1 30.1	714 29.7 25.1 2.4	899 36.1 30.1 3.2
4水	小野小6年1組 K・Kさん リクエストメニュー	◎	食パン いちごジャム オムレットマトソース プロッコリーのサラダ はくさいスープ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏卵 ヨーグルト	赤ピーマン にんじん パセリ プロッコリー たまねぎ とうもろこし 根菜ねぎ はくさい もやし いちご しもん 乾しいたけ	パン 砂糖 米サラダ油 でん粉 植物油 三温糖 小麦粉 ごま油 はるさめ ドレッシング ジャム	542 22.0 19.5 3.0	702 28.9 25.4 4.0
5木	小野小		ごはん さばの照り焼き 肉じゃが 切干し大根のみそ汁	牛乳 豚肉 さば かたくちいわし みそ 豆腐 油揚げ	さやいんげん ごまつな にんじん 切干しだいこん ごぼう たまねぎ 根菜ねぎ	ごはん 米サラダ油 じゃがいも 三温糖 砂糖	577 27.2 14.8 2.4	739 33.3 17.1 3.1
6金	小野小6年2組 F・Kさん リクエストメニュー 宮床小2年・吉田小		ごはん とりささみフライ(バックソース) みそきんぴら ワンタンスープ	牛乳 豚肉 大豆 鶏肉 みそ	にんじん ごぼう 根菜ねぎ はくさい もやし 乾しいたけ	ごはん 米白絞油 植物油 砂糖 パン粉 でん粉 米サラダ油 三温糖 ごま油 ごま 小麦粉	644 25.4 18.0 2.6	806 29.7 21.0 3.1
9月		◎	油ふり (ごはん・油ふりの具) わかめとツナのサラダ ブルーベリーゼリー	牛乳 鶏卵 わかめ 鶏肉 みそ きはだまぐろ	にんじん みつば きゅうり しょうが たまねぎ とうもろこし ブルーベリー ししいたけ	ごはん 三温糖 油ふり でん粉 なたね油 ごま油 ドレッシング ゼリー	583 23.8 15.2 2.6	736 29.2 17.5 3.3
10火	宮床小5年		ごはん やさいのりかけ 豆腐ハンバーグデミグラスソース ひじきの炒り煮 じゃがいものみそ汁	牛乳 豚肉 大豆 豆腐 鶏肉 豆腐 あじのり 鶏卵 かつお節 あん あおさ みそ ひじき 油揚げ かたくちいわし	えだまめ かぼちゃ グリンピース ごまつな にんじん ほうれんそう モロヘイヤ だいこん たまねぎ 根菜ねぎ	ごはん じゃがいも パン粉 小麦粉 ごま 麦芽糖 砂糖 でん粉 植物油 水あめ 紫いも 米サラダ油 三温糖	640 26.3 23.0 2.5	810 31.9 26.6 3.1
11水	吉田小5年 小野小3年ともみじ3年	◎	バターロールパン かぼちゃコロッケ もやしのナムル ポトフ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 ウィンナーソーセージ	かぼちゃ にんじん キャベツ きゅうり セリ だいこん たまねぎ にんにく もやし	パン 米白絞油 砂糖 バター じゃがいも 小麦粉 パン粉 でん粉 米粉 三温糖 ドレッシング 植物油 ごま	635 20.6 29.5 2.6	789 24.5 36.4 3.2
12木	宮床小5年	◎	ポークカレー (ごはん・ポークカレーの具) フルーツの甘夏ゼリー和え	牛乳 豚肉 ごはん 鶏卵 かたくちいわし ベーコン 豆腐 油揚げ みそ	グリンピース にんじん たまねぎ にんにく なつみかん パイナップル パナナ マンゴ みかん もも りんご	ごはん 大麥 米サラダ油 じゃがいも 砂糖 カレールウ ゼリー	677 19.1 17.0 2.3	870 23.1 19.9 2.8
13金	小野小6年1組 R・Nさん リクエストメニュー		ごはん いか天ぷら プロッコリーのソテー みそけんちん汁	牛乳 いか 鶏卵 かたくちいわし ベーコン 豆腐 油揚げ みそ	にんじん プロッコリー ごぼう だいこん とうもろこし 根菜ねぎ	ごはん 米白絞油 小麦粉 でん粉 三温糖 バター 植物油 じゃがいも パーム油	664 23.8 24.9 2.2	818 28.0 28.0 2.8
16月	吉岡小	◎	豆腐の中華丼 (ごはん・豆腐の中華丼の具) かみかみ和え 味付け小魚	牛乳 豚肉 豆腐 するめいか かたくちいわし 魚肉	グリンピース にんじん 切干しだいこん きゅうり しょうが にんにく だけのこ 乾しいたけ	ごはん 米サラダ油 ごま 水あめ 三温糖 小麦粉 砂糖 植物油 でん粉 植物油 ごま油	628 27.3 17.1 2.0	803 33.2 20.1 2.4
17火	小野小6年4組 A・Oさん リクエストメニュー 落合小		ごはん ささかまぼこの磯辺揚げ やさいのごま酢和え ひだまりすいとん汁	牛乳 ささかまぼこ あおさ かつお節 油揚げ 鶏肉	にんじん きゅうり ごぼう だいこん 根菜ねぎ もやし 乾しいたけ まいたけ	ごはん 米白絞油 小麦粉 でん粉 三温糖 ごま 砂糖 ごま油	626 24.0 16.9 2.5	793 28.0 19.8 3.0
18水			ミルクパン 五目うどん 冬至かぼちゃ みかん	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 かつお節 鶏肉 油揚げ 小豆 みかん	にんじん だけのこ 根菜ねぎ みかん 乾しいたけ	パン 砂糖 マーガリン うどん でん粉 ざらめ糖	602 24.3 18.0 3.2	776 30.3 22.5 4.1
19木		◎	ガバオライス (ごはん・ガバオライスの具) 中華スープ クリスマスケーキ(いちごショコラ)	牛乳 豚肉 大豆 豆乳 豆腐 寒天 かき かたくちいわし	赤ピーマン パセリ にんじん しょうが たまねぎ にんにく 根菜ねぎ いちご えのきたけ 乾しいたけ	ごはん 大麥 米サラダ油 三温糖 でん粉 パーム油 小麦粉 砂糖 植物油 ごま油 米粉 ココア 水あめ	680 27.7 24.2 2.3	856 33.6 28.0 2.9
20金	宮床小 小野小2年ともみじ2年 6年ともみじ6年	◎	ごはん わかめふりかけ ハンバーグ照り焼きソース ポテトのシェノバーゼ やさいのクリームスープ ツナそぼろ丼	牛乳 豚肉 鶏肉 かつお節 のり ベーコン わかめ 脱脂粉乳 レンズ豆	にんじん バジル キャベツ たまねぎ マッシュルーム	ごはん ベジマールソース でん粉 三温糖 でん粉 砂糖 じゃがいも オリーブ油 バター ホホワイトルウ 植物油	703 27.8 20.6 3.8	905 34.7 24.9 4.7
23月	大和中のみ有り	◎	ごはん ツナそぼろ・ナムル わかめスープ ヨーグルト	牛乳 豚肉 きはだまぐろ 豆腐 ヨーグルト	えだまめ にんじん ほうれんそう しょうが 根菜ねぎ にんにく もやし	ごはん でん粉 三温糖 植物油 ごま 砂糖 小麦粉 ごま油 大豆油 ドレッシング		816 33.2 26.4 3.3

*牛乳は、毎日つきます。
*太字は町内産や県内産の食材です。感謝して食べましょう。
*都合により献立を変更する場合があります。
*スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンが
つきますが、毎日のはしをもってきてください。



平均(基準)	小学校	中学校
エネルギー(Kcal)	636(660)	807(830)
たんぱく質(g)	25.5(25.0)	31.1(31.0)
脂 質(g)	20.3(18.5)	24.3(23.0)
塩 分(g)	2.6(2.0)	3.2(2.5)

たいわの食育かるたメニュー(12月18日)



冬至かぼちゃ
かせをひかぬようにと
願いをこめて



幸運を呼び込む冬至の食べ物

今年の冬至は
12月21日(土)です



12月19日(土)
クリスマスお楽しみメニュー
今年のクリスマスお楽しみメニューは、アレルギーの観点から、
乳・卵・小麦粉不使用の「いちごショコラケーキ」になります。



今月の地場産品

☆町内産：米、ほうれんそう、根菜ねぎ、まいたけ、しいたけ

☆県内産：大麥、豚肉、ささかまぼこ、なると、鶏卵、大豆、油ふり、わかめ、

赤ピーマン、ごまつな、みつば、きゅうり、はくさい、

なめこ

☆はしは、きれいに洗って、毎日持ってきてみましょう☆



*大和町では「特定防衛施設周辺整備調整交付金」の補助を受けて給食費の無償化事業を実施しています。