



学校給食予定献立表



日 (曜日)	こん 献 立 名	赤色のたべもの 血や肉や 骨になるもの	黄色のたべもの ちからのもとに なるもの	緑色のたべもの からだの調子を ととのえるもの	栄養量		日 (曜日)	こん 献 立 名	赤色のたべもの 血や肉や 骨になるもの	黄色のたべもの ちからのもとに なるもの	緑色のたべもの からだの調子を ととのえるもの	栄養量	
					小学校 (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	中学校 (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)						小学校 (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	中学校 (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
1 (月)	あげパン	きなこ	パン あぶら さとう		604	755	11 (木)	サンラータンメン	ぶたにく たまご	ちゅうかめん でんぶん ごまあぶら ラーゆ	きくらげ にんじん たけのこ ほししいたけ	637	858
	牛乳	牛乳			24.6	30.2		牛乳	牛乳			28.4	38.3
	とりにくのとトマトに	とりにく いんげんまめ	マカロニ さとう バター	たまねぎ にんじん トマト	30.7	37.8		むしパン(小学校のみ)		むしパン		29.7	29.0
	おからの ポテトサラダ	おから ツナ	じゃがいも さとう マヨネーズ あぶら	きゅうり とうもろこし	1.8	2.2		あげさといもの ちゅうかそぼろあん	なまあげ ぶたにく	さといも でんぶん あぶら ごまあぶら さとう	れんこん チンゲンサイ にんにく しょうが ねぎ	2.4	2.5
2 (火)	ごはん		こめ		632	766	12 (金)	ごはん		こめ		672	813
	牛乳	牛乳			25.7	29.7		牛乳	牛乳			23.0	27.4
	にしめ	とりにく さつまあげ	さといも あぶら さとう	にんじん れんこん こんにゃく ごぼう	19.3	21.7		ふゆやさいかレー	ぶたにく スキムミルク	さといも こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん にんにく しょうが だいこん ブロッコリー れんこん	21.4	24.2
	はくさいと もやしのいためもの	ベーコン	あぶら	はくさい もやし とうもろこし	2.0	2.5						2.3	3.0
3 (水)	なっとう	なっとう					15 (月)	はくさいのじゃこあえ	じゃこ	ごま	はくさい きゅうり		
	ちゃめし		こめ		610	753		デザート		おこめのムース			
	牛乳	牛乳			24.0	29.0		フォカッチャ		パン		628	755
	おでん	うずらたまご ちくわ こんぶ あげボール がんもどき	じゃがいも さとう	だいこん こんにゃく	22.8	27.4		牛乳	牛乳			22.3	27.0
4 (木)	ひじきのマヨネーズあえ	ツナ ひじき	さとう マヨネーズ ごま	キャベツ ほうれんそう	2.4	3.4	16 (火)	イタリアンスープ	ベーコン	オリーブあぶら	カリフラワー あかピーマン たまねぎ ほうれんそう	28.8	33.9
	さけの クリームスパゲティ	とりにく さけ 牛乳 スキムミルク	あぶら バター こむぎこ スパゲティ	たまねぎ にんじん ほうれんそう パセリ	641	802		ラザニア	ぶたにく チーズ 牛乳	マカロニ バター あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん エリンギ にんにく	2.1	2.8
	はっこう乳	はっこう乳			24.3	30.3		デザート		とうにゅうプリン			
	ぶどうパン		パン		13.5	17.3	17 (水)	ひじきごはん	ひじき とりにく あぶらあげ たまご	こめ むぎ さとう あぶら	にんじん しらたき しょうが	595	775
5 (金)	フルーツポンチ			もも みかん パイン りんご	1.9	2.4		牛乳	牛乳			27.4	34.6
	にんじんめし	あぶらあげ	こめ あぶら さとう	にんじん ごぼう ほししいたけ	622	769		ぶたにくと とうがんのスープ	ぶたにく	はるさめ ごまあぶら	とうがん にんじん ねぎ しょうが	21.7	26.4
	牛乳	牛乳			22.5	27.5		レバーのあまからに	レバー	さとう ごま		2.5	3.3
8 (月)	ほうとうじる	ぶたにく みそ	うどん	かぼちゃ にんじん はくさい だいこん ねぎ しめじ	19.0	22.7	18 (木)	くだもの			みかん		
	せいだのたまじ		じゃがいも あぶら ごま さとう		2.4	3.3		ごはん		こめ		673	835
	ロールパン		パン		649	831		牛乳	牛乳			23.9	29.0
	牛乳	牛乳			25.7	32.2		ごじる	だいず あぶらあげ とうにゅう みそ	さといも	ごぼう にんじん ねぎ だいこん しめじ こんにゃく	22.0	26.6
9 (火)	さといもの みそクリームシチュー	みそ とりにく 牛乳 スキムミルク	さといも こむぎこ あぶら バター	にんじん だいこん はくさい	28.7	35.5	19 (金)	ぶたにくとじゃがいもの いためもの	ぶたにく	あぶら でんぶん さとう じゃがいも	ピーマン たけのこ	1.8	2.3
	ほうれんそうとツナのサラダ	ツナ	さとう ごま	ほうれんそう とうもろこし	2.3	3.0		のりのつくだに	のりのつくだに				
	しょうなんゴールドジャム		しょうなんゴールドジャム				22 (月)	ごはん		こめ		591	754
	ごはん		こめ		625	762		牛乳	牛乳			25.1	32.5
10 (水)	牛乳	牛乳			24.1	28.7		かぼちゃの すりながし		でんぶん	かぼちゃ たまねぎ こまつな	14.2	16.9
	けんちんじる	あぶらあげ とうふ	さといも あぶら	にんじん だいこん ねぎ ごぼう こんにゃく	19.4	22.8		ぶたにくのゆずみそかけ	ぶたにく みそ	さとう	ゆず	1.8	2.4
11 (木)	ぶたにくの しょうがいため	ぶたにく	あぶら でんぶん	しょうが たまねぎ さやいんげん もやし にんじん にんにく	1.7	2.2	20 (土)	ごもくきんぴら	さつまあげ	ごまあぶら ごま さとう	にんじん こんにゃく さやいんげん れんこん		
	くだもの			べにまどんな				さけわかめごはん	さけ わかめ	こめ ごま		634	767
	ごはん		こめ		627	776		牛乳	牛乳			26.4	31.9
	牛乳	牛乳			22.1	26.4		みそしる	とうふ あぶらあげ みそ	さといも	こまつな ねぎ	17.9	20.0
12 (金)	いもだんごいり どさんこじる	ぶたにく とうふ みそ わかめ	じゃがもち バター	にんじん こまつな ねぎ	19.7	23.4	21 (日)	ぶどうめ	だいず	さとう		1.7	2.2
	とうがんとろみに	とりにく	さとう あぶら でんぶん	とうがん しょうが さやいんげん	2.0	2.6		デザート	パニラアイス				
	てづくりひじきふりかけ	ひじき かつおぶし	ごま さとう				22 (月)	こめロールパン		パン		648	787
								はっこう乳	はっこう乳			24.7	30.6
13 (土)								コーンクリーム スープ	牛乳	バター でんぶん	たまねぎ ほうれんそう クリームコーン とうもろこし	26.5	31.6
								フライドチキン	とりにく	でんぶん あぶら		2.5	3.3
								ゆでブロッコリー			ブロッコリー		
								デザート		クリスマスデザート			

*行事等の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

冬休みの過ごし方について



冬休みに入っても、学校がある日と同じように、早寝、早起き、朝ごはんを心がけて、かせ予防のために手洗い、うがいを徹底しましょう。また、年末年始は、いろいろなものを食べる機会も増えると思います。食べすぎには気をつけましょう。

<12月11日(木)の中学校給食について>

中学校はソフト麺が届きます。エネルギーが満たされるため、パンはつきませんのでご了承ください。

12月8日~19日
かながわ産品学校給食デー

この期間には、いつもより多くの「神奈川県産」「愛川町産」食材を給食に使い、地産地消に取り組みます。

〈使用予定食材〉
お米・たまご・豚肉・里芋・白菜・長ねぎ・大根・津久井在来大豆など

★給食に関する届出について

- 給食を停止する場合…病気やけが、入院等の理由により、連続して5日以上給食を欠食する場合は、届出の提出があった日から5日後より給食を停止することができます。停止を希望する場合は、「学校給食申込変更届出書」(町HPより取得可)に必要事項を記入の上、学校まで提出してください。
 - 給食を再開する場合/喫食内容を変更する場合…再開時期や変更内容等を学校にご相談の上、「学校給食申込変更届出書」を提出してください。
- ※食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。

★12月分の給食費引き落とし日は、1月5日(月)です。残高のご確認をお願いします。