



[令和6年]

12月 小学校献立表



今月の給食目標

きれいにてをあらおう

半田市学校給食センター

日 曜	こんだてめい	赤 からだをつくる		緑 からだのちょうしをととのえる		黄 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal
		第1群 魚・肉・卵 大豆製品	第2群 乳製品・小魚 海藻	第3群 緑黄色野菜	第4群 その他の野菜 果物・きのこ	第5群 米・パン・めん いも・砂糖	第6群 油脂・種実	
2 月	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		592
	★しろみざかなのレモンソースかけ	ホキ			レモン	でんぶん さとう	あぶら	
	ほうれんそうのおかかあえ	かつおぶし		ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう		
	けんちんじる	とりにく とうふ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう こんにゃく	さといも でんぶん		
3 火	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		622
	ハムステーキ	ハム						
	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー にんじん	えだまめ		ドレッシング	
	とうにゅうコーンスープ	とりにく とうにゅう		パセリ	とうもろこし たまねぎ			
4 水	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		611
	★はるまき	ぶたにく		にんじん なら	キャベツ もやし エリンギ	こむぎこ	あぶら ごまあぶら	
	キャベツのちゅうかいため	なまあげ		にんじん	キャベツ	でんぶん さとう	あぶら	
	ビーフンスープ	ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	はくさい たけのこ ほししいたけ	ビーフン		
5 木	ソフトめん 牛乳		牛乳			めん		673
	にくみそかけ	ぶたにく みそ とりレバー あぶらあげ		にんじん はねぎ	たまねぎ しょうが	でんぶん さとう		
	きんぴらごぼう	とりにく		にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく	さとう	あぶら	
	りんご				りんご			
6 金	むぎごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ		602
	ハヤシライス	ぶたにく		にんじん	たまねぎ エリンギ グリーンピース	さとう		
	★オムレツ	たまご						
	イタリアンサラダ	かつお			キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング	
9 月	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		642
	さばのしおやき	さば						
	やさいのしそひじきあえ		しそひじき	こまつな にんじん	キャベツ			
	ぶたじる	ぶたにく みそ とうふ		にんじん はねぎ	だいこん	さといも		
10 火	ロールパン 牛乳		牛乳			パン		722
	やきそば	ぶたにく いか ちくわ	あおのり	にんじん	キャベツ もやし しょうが	やきそばめん	あぶら	
	★レバーいりつくね(2こ)	とりにく とりレバー			たまねぎ	でんぶん こめこパンこ		
	フルーツポンチ				みかん もも パインアップル			
11 水	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		652
	★いわしのうめに	いわし		あかしそ	うめ	さとう		
	きりぼしだいこんのあ まずあえ	ハム		にんじん	きりぼしだいこん きゅうり	さとう		
	じゃがいものそぼろに	ぶたにく さつまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	さとう じゃがいも		
12 木	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		613
	★あげぎょうざ(2こ)	ぶたにく だいず			キャベツ たまねぎ	こむぎこ	あぶら	
	チンジャオロース	ぶたにく		ピーマン あかピーマン	たけのこ	でんぶん さとう		
	ちゅうかふうたまごスープ	たまご とりにく とうふ		にんじん こまつな	しょうが	はるさめ でんぶん		
13 金	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		608
	ツナそぼろごはんのぐ ゆかりあえ	まぐろ		さやいんげん	しょうが	さとう		
				あかしそ	はくさい もやし	さとう		
	みそおでん	ぶたにく みそ なまあげ さつまあげ		にんじん	だいこん こんにゃく	さといも さとう		

◎食べるときは、よくかんで食べましょう。
 ※給食物資の購入都合により、献立の一部を変更することがあります。
 ※献立表にある★は、加工食品を表しています。すべての食材を表記しているものではありません。
 ※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、詳細なアレルギー資料をご確認ください。
 ※給食センターのメールアドレス kyushoku@city.handa.lg.jp
 『毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です』

半田市のホームページで、給食レシピを紹介しています。ぜひ、ご覧いただき、ご家庭でもお試しください。QRコードを読み込むと、すぐにご覧いただけます。



日 曜	こんだてめい	赤 からだをつくる		緑 からだのちょうしをととのえる		黄 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal		
		第1群 魚・肉・卵 大豆製品	第2群 乳製品・小魚 海藻	第3群 緑黄色野菜	第4群 その他の野菜 果物・きのこ	第5群 米・パン・めん いも・砂糖	第6群 油脂・種実			
16 月	むぎごはん 牛乳		牛乳					こめ おおむぎ	657	
	こんさいカレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ れんこん だいこん グリーンピース			じゃがいも さとう		
	とりにくのハーブやき みかん	とりにく			みかん					
17 火	ごはん 牛乳		牛乳					こめ	624	
	★わかさぎのなんばんづけ	わかさぎ(魚卵を 含む場合あり)						こめこ でんぷん さとう		あぶら
	かいそうサラダ	まぐろ	かんてん わかめ		きゅうり えだまめ きりぼしだいこん			ドレッシング		
18 水	すきやきふうに	ぶたにく やき豆腐 かまぼこ		にんじん	たまねぎ しろねぎ えのきたけ こんにゃく はくさい			さとう	あぶら	
	あいちのこめこいりパン 牛乳		牛乳					パン	709	
	★もみのきハンバーグ のケチャップソースかけ	とりにく だいず ぶたにく			たまねぎ			さとう		
	おいもサラダ			にんじん	きゅうり とうもろこし			さつまいも じゃがいも		
	ノンエッグマヨネーズ							ノンエッグ マヨネーズ		
	ふゆやさいのポトフ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ だいこん かぶ エリンギ					
	デザートセレクト									
	A★クリスマス カップデザート	とうにゆう			いちご			さとう みずあめ		
B★ガトーショコラ	とうにゆう						さとう こめこ	あぶら ココア		
C★りんごゼリー				りんご			さとう			
19 木	ソフトめん 牛乳		牛乳					めん	631	
	あいちのやさしいりわふうじる	とりにく あぶらあげ		にんじん はねぎ	はくさい			でんぷん		
	★やさしいはんぺん	さかなすりみ だいず		にんじん	キャベツ とうもろこし			でんぷん		
20 金	ひじきのいために	だいず まぐろ	ひじき	にんじん	えだまめ			さとう	あぶら	
	ごはん 牛乳		牛乳					こめ	705	
	★かぼちゃコロッケ			かぼちゃ	たまねぎ			パンこ こむぎこ でんぷん		あぶら
	れんこんサラダ				れんこん えだまめ とうもろこし			ドレッシング		
さといものみそしる ヨーグルト	とうふ みそ	わかめ	にんじん はねぎ	だいこん			さといも			
								基準値 (1食あたり)	小学校	650

冬休みの食生活～10のポイント

た (食) べすぎに気を
つけよう

の (飲) み物は甘くない
ものを選ぼう

し っかり手を洗って
から食事をしよう

い ち (1) 日3食、
規則正しく食べよう

ふ ゆ (冬) が旬の
食べ物をとろう

ゆ っくりよくかんで
食べよう

や さい (野菜) を
たっぷり食べよう

す すんで、おうちの人
のお手伝いをしよう

み ンなで食卓を囲む
機会をつくろう

を (お) やつは時間と量
を決めてとろう

**—以上のことを心がけて、
楽しい冬休みを
お過ごしください。**

手洗いは 感染症予防の基本です!

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろな物に触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。

自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。



今月の愛知県産の食べ物

