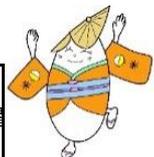


徳島市中学校給食予定献立表

令和5年12月分

徳島市教育委員会



日曜	献立内容		材 料 名 (食 品 名)								
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる				
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
1	金	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 けんちん汁 黒砂糖豆	さば 赤みそ とうふ とり肉 油揚げ 大豆	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが たまねぎ 大根 こんにゃく	精白米 強化米 さとう さといも 黒砂糖	油 ごま油	
4	月	ごはん	牛乳	さんまのかんろ煮 <small>はくさいの付け合わせ ポン酢しょうゆ 五目豆 青りんごゼリー</small>	さんまのかんろ煮 大豆 とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	はくさい たけのこ ごぼう こんにゃく	精白米 強化米 押麦 さとう 青りんごゼリー	油	
5	火	ごはん	牛乳	かぼちゃコロッケ ミントマト かに入リスープ パワフルチーズ	かに えび	牛乳 わかめ チーズ	かぼちゃコロッケ ミントマト 小松菜 にんじん	たまねぎ	精白米 強化米 はるさめ	油	
6	水	麦ごはん	牛乳	マーボー豆腐 れんこんサラダ ごまドレッシング	豚肉 とうふ 赤みそ	牛乳	にんじん ねぎ 小松菜	たまねぎ たけのこ 干しいたけ えだまめ しょうが にんにく れんこん とうもろこし	精白米 強化米 さとう でんぷん	油 ごま油 ラー油 ごまドレッシング	
7	木	ごはん	牛乳	ほたて貝のクリーム煮 トマトオムレツ ブロッコリー マヨネーズ	貝柱 トマトオムレツ	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ グリーンピース	精白米 強化米 じゃがいも	油 ポタージュの素 生クリーム ベシヤメルソース マヨネーズ	
8	金	ごはん	牛乳	肉団子の酢豚風 えだまめサラダ フレンチドレッシング	肉団子 うずら卵	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ たけのこ キャベツ えだまめ とうもろこし	精白米 強化米 さとう でんぷん	油 フレンチドレッシング	
11	月	ごはん	牛乳	ホキフライ <small>ポイルキャベツ タルタルソース</small> 大豆入りきんぴらごぼう	ホキフライ 牛肉 大豆 ちくわ	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ ごぼう こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油 タルタルソース 白ごま ごま油	
12	火	麦ごはん ごまひじき	牛乳	とり肉とこんにゃくのみそ煮 おひたし 小魚ナッツ	とり肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ 花かつお	牛乳 ごまひじき 小魚	にんじん さやいんげん 小松菜	こんにゃく たけのこ はくさい	精白米 強化米 押麦 さとう	油 ナッツ	
13	水	(ごはん)	牛乳	カレーライス フルーツパバロア	豚肉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ えだまめ にんにく みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも パバロアの素	カレールウ 油	
14	木	ごはん ふりかけ (味かつお)	牛乳	豚肉とうずら卵の野菜炒め 枝豆の豆腐ミンチカツ	豚肉 うずら卵 赤みそ 枝豆の豆腐ミンチカツ	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ	精白米 強化米 さとう	油 白ごま	
15	金	ごはん	牛乳	すきやき 五目厚焼き卵 プリン	牛肉 焼き豆腐 五目厚焼き卵	牛乳	にんじん	こんにゃく たまねぎ はくさい 長ねぎ	精白米 強化米 もち麩 さとう プリン	油	
18	月	ごはん ふりかけ (お魚)	牛乳	肉だんごの照り煮 塩昆布あえ <small>れんこんの炒め煮 キャンディチーズ</small>	肉だんごの照り煮 豚肉 さつまあげ	牛乳 塩昆布 チーズ	にんじん さやいんげん	はくさい れんこん こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油	
19	火	麦ごはん	牛乳 ココアミルク	さわらのすだち風味 厚揚げと根菜のみそ汁	さわら 厚揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳	にんじん ねぎ	すだち酢 大根 ごぼう しょうが	精白米 強化米 押麦 ココアミルク でんぷん さとう じゃがいも	油	
20	水	ごはん	牛乳	洋風煮 <small>大根サラダ オニオンドレッシング</small> クリスマスデザート	とり肉 ウインナー ベーコン	牛乳	にんじん 小松菜	キャベツ たまねぎ えだまめ 大根 とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも クリスマスデザート	オニオンドレッシング	
21	木	(ごはん)	牛乳	中華丼 肉入り春巻き ミックスナッツ	豚肉 えび いか 肉入り春巻き	牛乳	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ はくさい たけのこ にんにく	精白米 強化米 でんぷん	ごま油 油 ラー油 ナッツ ピーナッツ	
22	金	終業式									

は、食育の日の献立です。今月は米、牛乳、すだち酢、大根、にんじん、ねぎが徳島県産の食材を使用しています。徳島の食材を美味しく味わっていただきましょう。

12月7日(木) ほたて貝のクリーム煮

おいしいほたてを、北海道森町からいただきました。ほたての産地で有名な森町は、全国の学校給食に、輸出できなくなったほたてを提供する取り組みを行っています。
冷たい北の海で漁師さんが大切に育てたほたては、うまみたっぷりて体をつくる栄養もいっぱいです。
あたたかいほたての貝柱のクリーム煮をおいしく食べてください。

