



徳島市小学校給食予定献立表

令和4年 12月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)		
			赤 血や肉や骨に なるもの	緑 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの
1	木	ごはん 牛乳 いわしのかんろ煮 塩昆布あえ かきたま汁 パワフルチーズ	牛乳 いわしのかんろ煮 塩昆布 とうふ 卵 わかめ チーズ	はくさい たまねぎ にんじん えのきたけ	精白米 強化米
2	金	(ごはん) 牛乳 ハヤシライス フルーツパパロア	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん トマトピューレ グリンピース にんにく みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース パパロアの素
5	月	ごはん 牛乳 野菜いため かぼちゃコロッケ	牛乳 豚肉 いか	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ヤングコーン かぼちゃコロッケ	精白米 強化米 油 ごま油
6	火	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ きゅうりとわかめの酢の物	牛乳 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵 ちりめん わかめ	たまねぎ にんじん えだまめ きゅうり キャベツ	精白米 強化米 さとう
7	水	ごはん 牛乳 ホキのレモン風味 さつま汁	牛乳 ホキ 豚肉 赤みそ 白みそ	レモン汁 たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ	精白米 強化米 でんぶ 油 さとう さつまいも
8	木	ごはん 牛乳 すきやき 厚焼き卵 マスカットゼリー	牛乳 豚肉 焼き豆腐 厚焼き卵	こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい 京ねぎ	精白米 強化米 もち麴 油 さとう マスカットゼリー
9	金	食パン りんごジャム 牛乳 焼きそば ごぼうサラダ ごまドレッシング	牛乳 豚肉 いか さつまあげ 花かつお 青のり	にんじん たまねぎ キャベツ ごぼう きゅうり とうもろこし	食パン りんごジャム 中華そば 油 ごまドレッシング
12	月	ごはん 牛乳 ささみフライ ポイルキャベツ ウスターソース かに入りスープ	牛乳 ささみフライ かに えび わかめ	キャベツ たけのこ たまねぎ にんじん	精白米 強化米 油 はるさめ
13	火	ごはん 牛乳 ふりかけ (大豆) じゃがいものそぼろ煮 きゅうりの土佐あえ	牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ きゅうり レモン汁	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう
14	水	ごはん 牛乳 さんまの梅煮 菜っ葉あえ 豚肉とごぼうの炒め煮	牛乳 さんま梅煮 豚肉 さつまあげ	大根 三種菜めしの素 ごぼう こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油 白ごま
15	木	(麦ごはん) 牛乳 中華丼 ポークしゅうまい	牛乳 豚肉 えび いか ポークシューマイ	しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ グリンピース にんにく	精白米 強化米 押麦 油 ごま油 でんぶ さとう
16	金	ごはん 牛乳 ゆずみそおでん みかん	牛乳 とり肉 がんもどき うずら卵 こんぶ ゆずみそ 赤みそ	大根 にんじん こんにゃく ゆず酢 みかん	精白米 強化米 さといも さとう
19	月	ごはん 牛乳 れんこんのはさみ揚げ ポイルキャベツ ウスターソース ふしめん汁	牛乳 えび かまぼこ わかめ	れんこんのはさみ揚げ キャベツ たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 油 ふしめん
20	火	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 五目炒め	牛乳 さば 赤みそ 豚肉 大豆 ちくわ	しょうが たまねぎ れんこん にんじん こんにゃく さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油 白ごま ごま油
21	水	ごはん 牛乳 とうふの中華風煮 海藻サラダ 和風ドレッシング	牛乳 とうふ えび 豚肉 わかめ	たまねぎ にんじん 干しいたけ グリンピース にんにく キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう でんぶ ごま油 和風ドレッシング
22	木	ごはん 牛乳 とり肉のワイン風味 かぼちゃのみそ汁 クリスマスデザート	牛乳 とり肉 油揚げ 赤みそ 白みそ	かぼちゃ たまねぎ にんじん 大根 ねぎ	精白米 強化米 でんぶ 油 さとう クリスマスゼリー
23	金	コッペパン 牛乳 コーンポタージュスープ ホウレン草オムレツ	牛乳 とり肉 ホウレン草オムレツ	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	パン じゃがいも 油 ポタージュの素 生クリーム

☐は、食育の日献立です。徳島県産のれんこんを使用した「れんこんのはさみ揚げ」と郷土料理の「ふしめん汁」を実施します。

※12月8日(木)のマスカットゼリーについては、9月に献立の変更があったため、追加しております。