



令和6年度 12月 給食予定献立表



綾小学校

日 (曜)	こんだて	黄の食品	赤の食品	緑の食品	調味料その他
		エネルギーのもと	体をつくる	体の調子をととのえる	
2 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	すきやきうどん	うどん あぶら さとう	ぶたにく やき豆腐	はくさい にんじん ながねぎ しいたけ	さけ みりん しょうゆ にぼし
	ブロッコリーのカレーマヨいため	ノンエッグマヨネーズ あぶら	ウィンナー	ブロッコリー コーン たまねぎ	カレーこ しょうゆ
3 (火)	こめこパン	こめこパン			
	チリコンカン	じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく だいず	たまねぎ トマト にんじん パセリ にんにく	ケチャップ ウスターソース しょうゆ チリソース ワイン
	ひじきとチーズのサラダ	さとう オリーブオイル	ひじき チーズ とりささみ	キャベツ きゅうり コーン レモンじる	しょうゆ す
4 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	ごもくとうふスープ	はるさめ	とうふ かまぼこ	たまねぎ こまつな しいたけ ながねぎ にんじん	ガラスープ しょうゆ
	とりにくのあまずあん	じゃがいも さとう でんぷん あげあぶら	とりにく	ピーマン	しょうゆ す
5 (木)	あじそぼろどん	こめ むぎ さとう あぶら ごま	あじのそぼろ たまご	たまねぎ にんじん あおまめ	しょうゆ みりん しょうゆ
	さつまいものみそしる	さつまいも	あぶらあげ みそ	ごぼう にんじん こまつな ながねぎ	にぼし
	むぎごはん	こめ むぎ			
6 (金)	ちゅうかたまごスープ	でんぷん ごまあぶら	たまご とうふ	こまつな にんじん えのきたけ ながねぎ	ガラスープ しょうゆ さけ
	マーボーはるさめ	はるさめ さとう ごまあぶら	ぶたにく あつあげ	たけのこ たまねぎ しょうが	しょうゆ オイスターソース さけ しょうゆ
	むぎごはん	こめ むぎ			
9 (月)	とりにくのにごみ	じゃがいも あぶら さとう	とりにく あつあげ	たけのこ にんじん しいたけ こんにゃく ごぼう あおまめ	しょうゆ さけ みりん
	おかかマヨあえ	ノンエッグマヨネーズ	かつおぶし	こまつな キャベツ もやし にんじん	しょうゆ
	チーズパン	チーズパン			
10 (火)	みそラーメン	ちゅうかめん ごまあぶら あぶら	ぶたにく みそ	キャベツ しめじ にんじん もやし ながねぎ	ガラスープ とんかつスープ しょうゆ さけ しょうゆ
	まめとハムのコロコロサラダ	ごま ノンエッグマヨネーズ	しろいんげんまめ ハム	きゅうり コーン にんじん	しょうゆ
	むぎごはん	こめ むぎ			
11 (水)	ソースカツどん (せんキャベツ)	こめ むぎ あげあぶら	とんかつ	キャベツ	ウスターソース とんかつソース みりん さけ しょうゆ
	きのこのやまぎとじる	さつまいも	あぶらあげ みそ	しいたけ えのきたけ しめじ ごぼう にんじん こまつな ながねぎ	にぼし
	あやっごはん(綾小産新米)	こめ(5年生が作りました!)			
12 (木)	おでん	さといも	とりにく ちくわ あぶらあげ こんぶ さけボール	こんにゃく だいこん にんじん	かつおぶし しょうゆ さけ みりん
	ほうれんそうのごまあえ	さとう ごま		ほうれんそう きゅうり にんじん	しょうゆ
	むぎごはん	こめ むぎ			
13 (金)	はちはいじる	でんぷん	とうふ	キャベツ こまつな にんじん こんにゃく しいたけ ながねぎ	こんぶ かつおぶし しょうゆ さけ しょうゆ
	さわらのこうそうパンこやし・そえきゅうり	ノンエッグマヨネーズ パンこ	さわら こんぶ	きゅうり パセリ バジル にんにく	しょうゆ
	毎月16日は、「ひむかの日」です。地産地消の食べ物を多く取り入れようという日です。宮崎県内や綾町の食材いっぱいの献立です!				
16 (月)	ひむかどん	こめ むぎ		せんぎりだいこん にんじん ピーマン	さけ オイスターソース
	みそワタンスープ	さとう ごまあぶら ワンタン ごまあぶら	あやぶどうぶた ベーコン みそ	たまねぎ にんにく しょうが にんじん キャベツ こまつな にんにく	しょうゆ みりん とんかつスープ しょうゆ
	こくとうパン	こくとうパン			
17 (火)	さけ(鮭)とほうれんそうの クリームスパゲティ	スパゲティ こめこ バター	さけ(鮭) 調理用牛乳 チーズ なまクリーム	たまねぎ にんじん エリンギ ほうれんそう	ワイン ガラスープ しょうゆ しょうゆ
	マスタードあえ	さとう あぶら	まぐろみずに	きゅうり キャベツ にんじん レモンじる	しょうゆ マスタード
	かぼちゃカレー	こめ むぎ じゃがいも あぶら	とりにく	かぼちゃ たまねぎ にんじん こまつな にんにく	ガラスープ しょうゆ ケチャップ カレールウ ウスターソース
18 (水)	かむかむかいそうサラダ	さとう ごまあぶら ごま	かいそうミックス ちりめん	きゅうり せんぎりだいこん にんじん ごぼう コーン	す しょうゆ
	ちゅうかおこわ	こめ もちごめ さとう ごま	とりにく	にんじん たけのこ きくらげ あおまめ にんにく	しょうゆ さけ
	にらたまスープ		たまご ベーコン	えのきたけ にんじん たまねぎ なら	ガラスープ しょうゆ さけ しょうゆ
19 (木)	あげギョーザ	あげあぶら	ギョーザ		
	そえもやし			もやし にんじん	す しょうゆ
	むぎごはん	こめ むぎ			
20 (金)	かぼちゃのそぼろに	さとう あぶら	とりにく ぶたにく ちくわ あつあげ	かぼちゃ たまねぎ にんじん こんにゃく しいたけ いんげん	しょうゆ さけ みりん
	やさいのゆずあえ	さとう	かまぼこ	かぶ だいこん きゅうり ゆず	しょうゆ す
	わかめごはん	こめ むぎ	わかめ		しょうゆ
23 (金)	ミネストローネ	じゃがいも マカロニ	しろいんげんまめ	にんじん たまねぎ トマト パセリ	ガラスープ しょうゆ しょうゆ
	クリスマスチキン、そえブロッコリー	こめこ でんぷん あげあぶら	とりにく	にんにく ブロッコリー	しょうゆ しょうゆ
	セレクトデザート	5つのデザート(チョコケーキ、こめこのケーキ、いちごムース、青りんごゼリー、みかん)の中から、1つ選んだデザートが届きます。			

給食日数 12月...16日(米飯13日 パン3日)

今月の綾町の食材:米、じゃがいも、きゅうり、さつまいも、キャベツ、こまつな、ほうれんそう、ピーマン、ながねぎ、しめじ、エリンギ、こんにゃく

