

令和6年12月 学校給食予定献立表

日曜	こんだて	体のつくるものになる食品						体の調子を整える食品		エネルギーのちとなる食品		その他調味料	おやつ		
		1群		2群		3群		4群		5群				6群	
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆腐	無機質	たんぱく質 牛乳・乳類 海藻	ビタミン	無機質	ビタミン	無機質	炭水化物	脂質	糖質			たんぱく質	脂質
2月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	豚キムチ	豚肉 みそ		にんじん いら		長ねぎ たまねぎ キャベツ ★キムチ		砂糖		ごま油		しょうゆ 酒 みりん ★コチュジャン		
	副菜	もやしとコーンのあえもの			にんじん		もやし とうもろこし		砂糖		ごま油		しょうゆ	たきこみごはん	
	他	わかめと卵のスープ	卵 豆腐	わかめ	にんじん		たまねぎ 長ねぎ えのきだけ						チキンガラスープ 塩 しょうゆ こしょう		
3月	主菜	ミルクパン								ミルクパン					
	主菜	鶏肉とさつまいものクリーム煮	鶏肉		にんじん チンゲン菜		たまねぎ しめじ 白菜		さつまいも 米粉		豆乳バター 油		野菜ブイオン 塩 こしょう		
	副菜	キャベツとワインナーのソテー	ワインナー	みかんの日	小松菜		キャベツ たまねぎ				油		野菜ブイオン 塩 こしょう	おかし	
	他	みかん					みかん								
4月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	鶏肉のから揚げ	鶏肉				しょうが にんにく		でん粉		油		しょうゆ 酒		
	副菜	れんこんとひじきのみそマヨあえ	ハム みそ	ひじき	にんじん		きゅうり れんこん		砂糖		ノンエッグマヨネーズ		しょうゆ みりん	フアマンケーキ	
	他	けんちん汁	豆腐		にんじん		長ねぎ ごぼう 大根 しだいけ		こんにゃく さといも		油		混合だし しょうゆ 塩		
5月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	メンチカツ	★メンチカツ								油				
	副菜	鶏肉のりっちゃんサラダ	ハム かつお節	塩こんぶ	赤パプリカ にんじん トマト		キャベツ きゅうり とうもろこし		砂糖		油		酢 塩 こしょう	味噌味噌ポテ	
	他	春雨スープ	豆腐 なた		チンゲン菜		たまねぎ しだいけ しょうが		春雨		ごま油		チキンガラスープ 塩 酒 しょうゆ こしょう		
6月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	チョコクリーム								チョコクリーム					
	主菜	鶏肉とコーンのチリトマト煮	鶏肉		トマト パセリ		たまねぎ とうもろこし		砂糖 米粉		無塩バター 油		野菜ブイオン 塩 こしょう ソリバター 白ワイン クチャップ	レモンカスタード タルト	
	他	大根サラダ	ベーコン		にんじん		きゅうり にんにく 枝豆 大根				油		酢 塩 こしょう		
9月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	いかの香味ソース	★いかでん粉付き				長ねぎ しょうが		砂糖		ごま油 油		しょうゆ 酢		
	副菜	こんにゃくのきんぴら	★ちくわ		にんじん		ごぼう		こんにゃく 砂糖		ごま 油		しょうゆ みりん 一徳唐辛子	チーズハンバーグ サンド	
	他	ずいどん汁	鶏肉		ほうれん草 にんじん		しめじ 大根		★ずいどん				混合だし しょうゆ 塩		
10月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	ソフトメン								ソフトメン					
	主菜	肉うどん汁	豚肉	ひねれくん メニュー	ほうれん草 にんじん		たまねぎ しだいけ 長ねぎ						混合だし しょうゆ 塩 酒 みりん		
	他	きなこいも	きなこ						さつまいも 三温糖 黒砂糖		油		しょうゆ みりん	おかし	
11月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	さけのバジルソース焼き	さけ								ノンエッグマヨネーズ		★バジルソース		
	副菜	もやしとにらのあえもの			にんじん いら		もやし とうもろこし		三温糖		ごま油		しょうゆ	スコーン	
	他	りんごゼリー	りんご		にんじん		大根 えのきだけ ごぼう 長ねぎ		じゃがいも		油		混合だし		
12月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	ホークカレー	豚肉		にんじん		たまねぎ にんにく グリーンピース フルーレン		じゃがいも		油		★カレー粉 カレー粉 塩 カレー粉 ガラムマサラ クチャップ ★味噌ソース	あずきクリーム ケーキ	
	副菜	にんじんサラダ	ハム		ブロッコリー にんじん		キャベツ にんにく とうもろこし				油		酢 塩 こしょう		
13月	主菜	ごはん								ごはん					
	主菜	ミートボール	★ミートボール												
	副菜	チキンのセサミサラダ	鶏肉		にんじん		キャベツ とうもろこし レモン				ごま 油		★粒マスタード 酢 塩 こしょう	オレンジゼリー	
	他	ビーンズスープ	★ミックスビーンズ		ほうれん草 にんじん		たまねぎ マッシュルーム		じゃがいも				野菜ブイオン 塩 こしょう		

茨城町学校給食共同調理場

日曜	こんだて	体の中での主なほたらし						その他調味料	おやつ	
		体をつくるものになる食品		体の弱さを補える食品		エネルギーのもとになる食品				
		1群 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無塩糖 牛乳・小魚 海藻	3群 ビタミン・無塩糖 緑黄色野菜	4群 ビタミン・無塩糖 その他の野菜 果物	5群 炭水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂			
16 月	主食	ごはん				ごはん			コロロアメリカン ドック	
	主菜	野菜いっぱいマーボー豆腐	豆腐 豚肉 みそ	にんじん いら	たまねぎ 大根 長ねぎ しんじけ しょうが にんにく	でん粉 砂糖	ごま油 油	チキンガラスープ 塩 しょうゆ		
	副菜	ピリ辛サラダ		ブロッコリー にんじん	きゅうり キャベツ とうもろこし にんにく	砂糖	ごま ごま油	しょうゆ 酢 塩 一徳唐辛子		
	他	牛乳	牛乳							
17 月	主食	ココア揚げパン				ココアパン 砂糖	油	★ココアパウダー	おかし	
	主菜	チキンたっぷりポトフ	鶏肉 ベーコン	にんじん	たまねぎ 白菜	じゃがいも		野菜ブイヨン 塩		
	副菜	ブロッコリーサラダ		ブロッコリー にんじん	キャベツ にんにく とうもろこし	砂糖	オリーブオイル	酢 酒 塩 黒こしょう		
	他	牛乳	牛乳							
18 月	主食	ごはん				ごはん			アップルパイ	
	主菜	さばのにんにくみそ焼き	★さばのにんにくみそ焼き							
	副菜	しょうがあえ		にんじん	キャベツ もやし きゅうり しょうが			しょうゆ		
	他	牛乳	牛乳							
19 月	主食	ごはん				ごはん			肉みそぼろ おにぎり	
	主菜	鶏肉のゆずソース	鶏肉		しょうが にんにく ゆず	砂糖 でん粉	油	★ゆずカツオドレッシング 酒		
	副菜	ごまあえ		ほうろん草 にんじん	キャベツ	砂糖	ごま	しょうゆ		
	他	牛乳	牛乳							
20 日	主食	ごはん				ごはん			かぼちゃプリン	
	主菜	ハンバーグトマトソース	★ハンバーグ	にんじん パセリ	たまねぎ グリンピース マッシュルーム	こめ	油	野菜ブイヨン 赤ワイン 塩 ★中濃ソース ケチャップ カレー粉		
	副菜	量のチーズサラダ	チーズ	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	三温糖	油	酢 塩 黒こしょう		
	他	牛乳	牛乳					★チョコレートケーキ		
23 日	主食	ごはん				ごはん			さつまいももち	
	主菜	鶏肉とれんこんの薬炒め	鶏肉	ピーマン にんじん	れんこん しめじ	でん粉 砂糖	油 ごま油	しょうゆ 酒 みりん 塩 黒酢 黒こしょう		
	副菜	ツナサラダ	まぐろ	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ	砂糖	油	しょうゆ 黒こしょう 酢		
	他	牛乳	牛乳							
24 日	主食	ごはん				ごはん			リースバウム	
	主菜	焼きそば	豚肉	鶏のり	にんじん	キャベツ もやし しいたけ	中華メン	油		焼きそばソース 中濃ソース 野菜ブイヨン 黒こしょう 塩
	副菜	チキンナゲット	チキンナゲット					油		
	他	牛乳	牛乳							
25 日	主食	オムライス	豚肉 炒り卵	にんじん ピーマン	たまねぎ	ごはん	油	塩 ケチャップ マスタードソース	コンフレックと フルーツヨーグルト がけ	
	主菜	フレンチサラダ	チーズ		キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	オリーブオイル	酢 塩 黒こしょう		
	副菜	レタススープ	ワインナー	にんじん	レタス えのきだけ たまねぎ			コンソメ 黒こしょう		
	他	牛乳	牛乳							
26 日	主食	ごはん				ごはん			いちごジャムロール パン	
	主菜	さんまの生焼き	さんまの生焼き							
	副菜	きんぴらごぼう	さつまいも	にんじん さやいんげん	ごぼう	しらたき 砂糖	油	しょうゆ みりん		
	他	牛乳	牛乳							
27 日	主食	食パン				食パン			おかし	
	主菜	カマンベールチーズクロック	カマンベールチーズクロック				油			
	副菜	水菜サラダ	まぐろ	にんじん ブロッコリー 水菜				マヨネーズ 塩 黒こしょう		
	他	牛乳	牛乳							

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町の食材は、米・にら・大根・ごぼう・です。
ひぬ丸くんメニューの茨城町の食材は、さつまいも・キャベツ・きゅうり・小松菜・にんじん・長ねぎです。
茨城県の食材は、ソフトメン・牛乳・卵・さつまいも・パセリ・赤パプリカ・ゆずです。



茨城町のマスコットのひぬ丸くんです。
ひぬ丸くんのマークが付いている食材は茨城町産です。

★海藻類（ひじき・わかめ・青のり等）小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。