2024年 12月 給食だより

魚津市
学校給食
センター
HP →

＊そば、生卵、ピーナッツ、くるみ、いくら、キウイフルーツは、魚津市の学校給食には使用しません。

予定	献立名		使用する食品名 (赤)おもに体をつくる	(緑)おもに体の調子を整える	(黄)おもにエネルギーのもとになる
2 月	ふふふごはん 牛乳	・てりやきチキン ・さつまいもサラダ ・すましじる ・みかん	牛乳 とりにく とうふ かまぼこ	きゅうり たまねぎ にんじん えのきたけ だいこん とうみょう みかん ねぎ	ごはん さとう でんぷん さつまいも あぶら ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ
3 火	むぎいりごはん 牛乳	・カレー ・ゆでたまご ・こんにゃくサラダ	牛乳 ぶたにく たまご わかめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリンピース キャベツ きゅうり	ごはん むぎ じゃがいも さつまいも あぶら ルウ こんにゃく さとう ごまあぶら
4 水	ふふふごはん 牛乳	・あげえびシューマイ ・グリーンポテト ・はくさいなべ	牛乳 えび あおのり ぶたにく やきどうふ	たまねぎ にら しいたけ はくさい にんじん だいこん ねぎ	ごはん パンこ でんぷん みずあめ こむぎこ あぶら こんにゃく じゃがいも
5 木	しょくパン 牛乳	・きびなごのカリカリあげ ・はなやさいサラダ ・ポークビーンズ ・チョコクリーム	牛乳 きびなご だいず ぶたにく	しょうが にんじん ブロッコリー カリフラワー はくさい とうもろこし たまねぎ さやいんげん トマト	パン あぶら みずあめ でんぷん じゃがいも さとう げんまいこ こむぎこ ココア
6 金	ふふふごはん 牛乳	・とうふハンバーグ ・ごもくきんぴら ・きのこじる ・うおづのももヨーグルト	牛乳 とうふ とりにく ぶたにく うすあげ みそ ヨーグルト	たまねぎ さやいんげん にんじん ごぼう れんこん なめこ しいたけ まいたけ えのきたけ もも ねぎ ほうれんそう	ごはん こめこ でんぷん こんにゃく さとう ラード さつまいも ごまあぶら
9 月	コッペパン 牛乳	・ウインナー ・コールスローサラダ ・コーンポタージュ	牛乳 ウインナー とりにく だっしふんにゅう	はくさい にんじん ブロッコリー とうもろこし たまねぎ	パン ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ さとう ﾉﾝｴｯｸﾞﾌﾚﾝﾁﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ じゃがいも ルウ
10 火	ふふふごはん 牛乳	・げんきコロッケ ・だいずのいそに ・ぶたじる **うおづの日（さといも）**	牛乳 ぶたにく チーズ ひじき だいず うすあげ やきどうふ みそ こんぶ	りんご たまねぎ にんじん グリンピース ねぎ ごぼう だいこん しょうが はくさい	ごはん じゃがいも さつまいも あぶら バター さとう パンこ こんにゃく さといも でんぷん
11 水	ふふふごはん 牛乳	・***さばのみぞれに～なしソース～*** ・はるさめナムル ・こうやどうふのたまごとじ	牛乳 さば みそ ぶたにく こうやどうふ たまご	なし しいたけ にら もやし にんじん こまつな たけのこ たまねぎ ほうれんそう	ごはん さとう でんぷん はるさめ ごまあぶら ごま さといも
12 木	パンプキンパン 牛乳	・あじフライ ・アーモンドサラダ ・やさいスープ ・りんご	牛乳 あじ ウインナー	かぼちゃ とうもろこし こまつな キャベツ にんじん レモン たまねぎ チンゲンサイ りんご	パン あぶら パンこ アーモンド さとう こむぎこ さつまいも
13 金	ふふふごはん 牛乳	・ぶたにくのしょうがいため ・さつまいものごまあえ ・えびととうふのうまに ・（中）チーズ	牛乳 ぶたにく あかみそ もめんどうふ えび チーズ	たまねぎ にんにく しょうが ピーマン さやいんげん にんじん たけのこ きくらげ ねぎ えだまめ	ごはん はるさめ あぶら さつまいも こんにゃく ごま ごまあぶら でんぷん さとう
16 月	ふふふごはん 牛乳	・ふくらぎとだいずのあげがらめ ・なめこいりおひたし ・はくさいのみそしる	牛乳 ふくらぎ だいず こんぶ うすあげ わかめ みそ	にんにく しょうが にんじん こまつな なめこ キャベツ はくさい ねぎ	ごはん さつまいも でんぷん こめこ あぶら さとう
17 火	ふふふごはん 牛乳	・にくだんごのトマトソース ・のりあえ ・おでん セレクトメニュー ◆チョコプリン ◆ブルーベリークレープ	牛乳 とりにく のり かまぼこ あつあげ こんぶ とうにゅう だいずこ	たまねぎ きゅうり こまつな もやし にんじん だいこん ブルーベリー レモン	ごはん さとう パンこ ラード でんぷん あぶら さといも こんにゃく こめこ ココア みずあめ
18 水	ふふふごはん 牛乳	・さけのこうみやき ・かぶのそくせきづけ ・あつあげのちゅうかに	牛乳 さけ こんぶ ぶたにく あつあげ	にんにく しょうが かぶ きゅうり キャベツ きくらげ にんじん たけのこ さやいんげん	ごはん でんぷん ごまあぶら あぶら さといも こんにゃく
19 木	A校：こめこパン B校：コッペパン 牛乳	・***とりにくとさといものユーリンチー*** ・なしゼリーいりフルーツポンチ ・さつまいもポタージュ **うおづモリモリランチの日**	牛乳 とりにく ベーコン なまクリーム	しょうが ねぎ にんにく パインアップル もも なし たまねぎ にんじん こまつな	パン こめこ でんぷん さとう かんてん さといも さつまいも あぶら ごまあぶら ルウ
20 金	ごもくごはん 牛乳	・ベーコンまきたまご ・ゆずみそあえ ・かぼちゃとだいこんのそぼろに ・（幼）クリスマスケーキ	牛乳 とりにく うすあげ みそ ベーコン たまご とりひきにく たまご	ごぼう たけのこ にんじん しいたけ こまつな もやし はくさい ゆず かぼちゃ だいこん たまねぎ しょうが いちご グリンピース	ごはん こんにゃく あぶら でんぷん さとう こむぎこ みずあめ
23 月	A校：コッペパン B校：こめこパン 牛乳	・ハムフライ ・カラフルサラダ ・ミネストローネ ・（小中）クリスマスケーキ	牛乳 ハム とりにく たまご	にんにく たまねぎ とうもろこし キャベツ ブロッコリー あかピーマン セロリー にんじん さやいんげん いちご レモン トマト	パン こめこ パンこ でんぷん さとう じゃがいも マカロニ あぶら こむぎこ みずあめ

※都合により献立を変更することがあります。　＊ [　] は、地場産物です。　＊ ごはんは魚津産の「富富富」を使用しています。

※ A校…西部中、星の杜小、よつば小、大町幼、センター　※ B校…東部中、清流小、道下小、経田小