



12月よていこんだてひょう

令和6年(2024年) *牛乳は毎日つきます

美濃加茂市学校給食センター
あじさいLunchの森 TEL:26-3623

月	火	水	木	金
2 蜂屋小リクエスト給食	3 双葉中まなび献立(C組)	4 双葉中まなび献立(B組)	5	6
にくじゃが ぶどうグミ とりにくのからあげ(2こ) ごはん ゆばのすましじる	クラスでのりをまぜよう (学)みかん てつぶんもりもり ゆうぜんごはんのぐ ゲソのいそからあげ ごはん ふゆやさじる	クラスでのりをまぜよう (学)レモンタルト (ド)ちゅうかサラダ ぶたキムチ むぎごはん まごころちゅうかスープ	(ド)グリーンサラダ ふかざら ソフトめん ミートソース えんくうさいも コロッケ	(シ)はくさいのおかかあえ クラスでかつおぶしをまぜよう サバのしおやき ごはん とりだんごじる
(小)717kcal (中)864kcal	(小)625kcal (中)776kcal	(小)705kcal (中)854kcal	(小)716kcal (中)886kcal	(小)617kcal (中)768kcal
9	10 双葉中まなび献立(A組)	11 加茂野小リクエスト給食	12	13
(学)はちみつレモンゼリー こまつなのゆかりあえ あつあげのそぼろあん ごはん だいこんのみそしる	(学)なまパイ (ド)ブロッコリーサラダ タルタルソース きれめりコッパン タルタルソースをかけよう ゆずりチキンなんばん ふゆやさしチュー	(学)ヨーグルト ピビンパのぐ かぼちゃのてんぷら むぎごはん わかめスープ	きんときまめのあまに ワカサギのからあげ ごはん すきやきに	きりぼしだいこんとツナののもの サワラのみそネーズやき ごはん こもくやさじる
(小)657kcal (中)807kcal	(小)664kcal (中)810kcal	(小)674kcal (中)822kcal	(小)696kcal (中)870kcal	(小)636kcal (中)762kcal
16	17	18 歯の日	19 ふるさとを味わう日	20 冬至にちなんだ献立
だいずとひじきのいために (学)りんご タラのあげがらめ ごはん せんぎりやさじる	(ド)シャキシャキサラダ こめこいりコッパン とりにくのパーベキューソース ミネストローネ	(ド)くきわかめのサラダ ふかざら カレーライス(むぎごはん) きなこタフィ	(ド)カリフラワーサラダ きつねうどん ちくわのいそべあげ(小2、中3こ)	キャベツのごまじょうゆあえ ぶたにくとれんこんのゆずがらめ ごはん かぼちゃのしろみそしる
(小)607kcal (中)756kcal	(小)605kcal (中)746kcal	(小)627kcal (中)786kcal	(小)600kcal (中)765kcal	(小)624kcal (中)783kcal
23 図書献立「おぞうにくらべ」	24 お楽しみ献立	25 年越しの献立	26	1/7(火)
きんぴらごぼう ギンザケのてりやき ごはん したらまそうに	(学)ケーキ (ド)カラフルサラダ くろしよパン ハンバーグ ケチャップソース コンソメスープ	つぼづけあえ まるぼしワシのからあげ むぎごはん としこしのおかず	(ド)ポテトサラダ やきにく ごはん だいこんじる	(ド)にんじんサラダ タラのレモンがらめ ごはん ほうれんそういり とりだんごじる
(小)614kcal (中)761kcal	(小)690kcal (中)830kcal	(小)602kcal (中)737kcal	(小)624kcal (中)780kcal	(小)602kcal (中)758kcal

(シ) 卓上しょうゆ
(ド) ドレッシング
(学) 学配
(ゴミは、給食センターが回収します)

基準量(小650kcal・中830kcal)

おし きゅうしょく
教えて!! 給食ができるまで

きゅうしょく つく
Q. 給食を作るときにどんなことに気をつけているの?

きゅうしょく つく
給食を作るときは、白衣やマスクを身に付けて、手をしっかり洗っています。手は肘まで2回洗うことが約束です。給食にかみの毛やほこりが入らないように声をかけあっています。

きゅうしょく つく
給食を作るときに気をつけていることについての動画を見ることができます。

献立表と給食で使用する加工食品配合表は、美濃加茂市のホームページのっています。↓

※物資の都合により、献立を一部変更することがあります。

ぎふ
岐阜のイチオシ食材紹介

【大豆】

ぎふけん ひろ とちい せいとうちいき ちゅうしん ひろ
岐阜県では、広い土地を生かして、西濃地域を中心に広く栽培されています。「フクユタカ」という品種が多く、大粒で甘みがあることが特徴です。

今月の美濃加茂市・富加町産食材
米、里芋、ブロッコリー、カリフラワー、白菜、かぶ、ねぎ

にほん しょくぶん かし
日本の食文化を知ろう

【冬至】
ねん なか もっと ひる みじか よる ながい ひ
1年の中で最も昼が短く、夜が長い日。
かぼちゃ(なんきん)やれんこんなど「ん」のつく食べ物を食べると「運」を呼び込み、ゆず湯に入ると風邪をひかないと言われています。

【年越しそば】
おみそか(12月31日)に食べるそば。
そばは、麺類の中でも切れやすいので、「1年の苦労や災いを切り捨て、新しい年に持ち込まない」という願いが込められています。