令和８年

12がつこんだてひょう

八代市立鏡小学校

曜日	月	火	水	木	金
ひづけ		1	2	3	4
こんだて	＊都合により献立を変更することがあります。 ＊今月は、給食費の引き落としはありません。	＊牛乳 ＊冬野菜カレー ＊白菜サラダ ＊福神漬け	＊牛乳 ＊ゆかりごはん ＊肉入りうどん ＊まめサラダ	＊牛乳 ＊セルフフルーツサンド ＊厚揚げのミートソース ＊野菜スープ	＊牛乳 ＊麦ごはん ＊さんまの梅煮 ＊切干大根の炒め煮 ＊みそ汁
あか		牛乳　鶏肉　ハム　豚レバーチップ	牛乳　牛肉　だし昆布　削り節　ハム レンズ豆　ミックスビーンズ	牛乳　フローズンホイップ　牛ひき肉 厚揚げ　豚レバーチップ　豚ひき肉	牛乳　さんまの梅煮　油揚げ　豆腐 わかめ　麦みそ　だしいりこ
き		米　麦　さつまいも　サラダ油	米　麦　うどん麺　三温糖　サラダ油	コッペパン　三温糖　じゃがいも	米　麦　サラダ油　三温糖　さといも
みどり		れんこん　にんじん　玉ねぎ　ほうれん草 白菜　きゅうり　大根　福神漬け	ゆかり　白菜　にんじん　玉ねぎ　葉ねぎ 干ししいたけ　ほうれん草　コーン　きゅうり	みかん(缶)　黄桃(缶)　パイナップル(缶) にんじん　コーン　玉ねぎ　干ししいたけ	切干大根　干ししいたけ　にんじん　大根 葉ねぎ　白菜
そのた		おろしにんにく　おろししょうが　赤ワイン ウスターソース　濃口醤油　カレールー こしょう　ノンオイル青じそドレッシング	濃口醤油　料理酒　みりん　薄口醤油 ノンエッグマヨネーズ　レモン汁　こしょう	トマトピューレ　トマトケチャップ　こしょう 濃口醤油　ウスターソース　赤ワイン 薄口醤油　コンソメ	料理酒　濃口醤油　薄口醤油　みりん
ひづけ	7	8	9	10	11
こんだて	＊牛乳 ＊麦ごはん ＊みそカツ ＊小松菜のソテー ＊お豆腐ボール入りすまし汁	＊牛乳 ＊中華丼 ＊中華きゅうり ＊一食アーモンドフィッシュ	＊牛乳 ＊麦ごはん ＊太刀魚フライ ＊ひじきの炒り煮 ＊かぼちゃのみそ汁	＊牛乳 ＊ミルクパン ＊きのこのスパゲティ ＊カリフラワーサラダ ＊焼きプリンタルト	＊牛乳 ＊白ごはん ＊煮魚 ＊ほうれん草のあえもの ＊けんちん汁
あか	牛乳　ローストンカツ　赤みそ　ベーコン 豆腐ミートボール　わかめ　だし昆布　削り節	牛乳　豚肉　いか　うずら卵　刻み昆布	牛乳　太刀魚フライ　油揚げ　ひじき　ツナ わかめ　だしいりこ　麦みそ	牛乳　ベーコン　鶏肉	牛乳　さば　だしいりこ　鶏肉　厚揚げ
き	米　麦　サラダ油　三温糖　大豆白絞油 すりごま	米　麦　ごま油　でんぷん　三温糖 アーモンドフィッシュ　すりごま　サラダ油	米　麦　大豆白絞油　三温糖　サラダ油 つきこんにゃく　いりごま	ミルクパン　スパゲティ麺　三温糖　サラダ油 焼きプリンタルト	米　三温糖　いりごま　さといも　でんぷん サラダ油
みどり	根深ねぎ　小松菜　もやし　キャベツ えのきだけ　大根　にんじん	にんじん　玉ねぎ　キャベツ　水煮たけのこ 干ししいたけ　きゅうり	にんじん　むき枝豆　干ししいたけ　かぼちゃ 玉ねぎ　根深ねぎ	玉ねぎ　にんじん　しめじ　えのきだけ　コーン カリフラワー　きゅうり　赤ピーマン　むき枝豆 ブロッコリー　エリンギ　乾燥パセリ	しょうが　もやし　ほうれん草　にんじん キャベツ　大根　根深ねぎ
そのた	濃口醤油　料理酒　みりん　塩　こしょう 薄口醤油　コンソメ　おろししょうが おろしにんにく	おろししょうが　中華スープ　料理酒 薄口醤油　塩　こしょう　酢	みりん　濃口醤油	コンソメ　塩　こしょう　薄口醤油　白ワイン 鶏ガラスープ　酢	料理酒　濃口醤油　薄口醤油
ひづけ	14	15	16	17	18
こんだて	＊牛乳 ＊麦ごはん ＊豚じゃが ＊酢みそ和え ＊一食ひじきのり佃煮	＊牛乳 ＊麦ごはん ＊白ごまつくね ＊ピーナッツ和え ＊かきたま汁	＊牛乳 ＊麦ごはん ＊魚のぴり辛タレ ＊れんこんのきんぴら ＊豚汁	＊牛乳　＊米粉パン ＊マカロニグラタン ＊野菜のカレースープ ＊枝豆の塩ゆで ＊ブルーベリー&マーガリン	【ふるさとくまさんデー】 ＊牛乳 ＊高菜ピラフ ＊スティックセニョールサラダ ＊トマトだんごのスープ
あか	牛乳　豚肉　わかめ　かまぼこ　麦みそ ひじきのり佃煮	牛乳　白ごまつくね　鶏肉　鶏卵 だし昆布　削り節	牛乳　あじ　豚肉　豆腐　麦みそ　だしいりこ	牛乳　ベーコン　ミックスチーズ	牛乳　鶏肉　ツナ
き	米　麦　サラダ油　三温糖　じゃがいも つきこんにゃく	米　麦　三温糖　サラダ油　ピーナッツ じゃがいも	米　麦　三温糖　サラダ油　つきこんにゃく さといも	米粉パン　マカロニ　じゃがいも　パン粉 ブルーベリー&マーガリン	米　三温糖　すいとん　サラダ油
みどり	玉ねぎ　にんじん　いんげん　きゅうり　大根	きゅうり　コーン　にんじん　もやし　玉ねぎ 根深ねぎ　干ししいたけ	根深ねぎ　れんこん　にんじん　いんげん 大根　白菜　葉ねぎ	キャベツ　にんじん　玉ねぎ　小松菜 ほうれん草　乾燥パセリ　さや付枝豆	高菜漬　玉ねぎ　にんじん　コーン　きゅうり トマト　キャベツ　しめじ　ブロッコリー
そのた	濃口醤油　料理酒　みりん　酢	塩　こしょう　薄口醤油　料理酒	おろししょうが　おろしにんにく　濃口醤油 りんごピューレ　一味唐辛子　料理酒　みりん	コンソメ　おろしにんにく　カレー粉　料理酒 薄口醤油　塩　こしょう　シチューフレーク	濃口醤油　料理酒　塩　こしょう　コンソメ 薄口醤油　酢
ひづけ	21	22	23	24	25
こんだて	＊牛乳 ＊麦ごはん ＊マーボー豆腐 ＊バンサンスー ＊春巻き	【冬至メニュー】 ＊牛乳 ＊白ごはん ＊かぼちゃひき肉フライ ＊ゆず和え ＊みそ汁 12月22日は冬至です	【クリスマスメニュー】 ＊牛乳　＊ミルクパン ＊鶏のからあげ ＊カラフルサラダ ＊キラキラ☆スープ ＊クリスマスケーキ	終業式 給食はありません	冬休み
あか	牛乳　牛ひき肉　豚ひき肉　豆腐　赤みそ 春巻　豚レバーチップ	牛乳　かぼちゃひき肉フライ 油揚げ　刻み昆布　だしいりこ　麦みそ	牛乳　鶏肉		
き	米　麦　でんぷん　ごま油　三温糖　緑豆春雨 いりごま　大豆白絞油	米　じゃがいも　三温糖　大豆白絞油	ミルクパン　でんぷん　大豆白絞油　マカロニ チョコケーキ		
みどり	玉ねぎ　にんじん　きゅうり　もやし たけのこ水煮　干ししいたけ　根深ねぎ	大根　きゅうり　にんじん　玉ねぎ きざみゆず　根深ねぎ　えのきだけ	キャベツ　にんじん　玉ねぎ　乾燥パセリ きゅうり　ブロッコリー　コーン　赤ピーマン		
そのた	おろしにんにく　おろししょうが　料理酒 濃口醤油　豆板醤　甜麺醤　こしょう　酢 薄口醤油　塩	薄口醤油　酢　塩	おろしにんにく　おろししょうが　料理酒 コンソメ　塩　薄口醤油　白ワイン　こしょう イタリアンドレッシング		
ひづけ	28	29	30	31	
	冬休み	冬休み	冬休み	冬休み	 赤･･･血や肉をつくる 黄･･･力や体温になる 緑･･･体の調子を整える
					