

献立予定表



阿見町立学校給食センター〈保育所〉

日	曜	主食	牛乳	おかず	献立や食品のメッセージ	家庭で食べてもらいたい食品	おやつ
1	金	ごはん		バラ焼き風 せんべい汁 りんご	日本食べ物紀行 ～青森県～	卵 類 海藻類	しまじろう ビスケット 星たべよ 麦茶
4	月	ごはん		ハヤシライス オムレツ ツナサラダ	<給食センターの食糧備蓄について> 5日のおやつ「オレンジジュース」は非常に備蓄している食品を取り入れました。給食センターでは、普段から災害や事故に備えて食材を備蓄しています。備える→食べて使う→買う→備えるという「ローリングストック法」を取り入れています。	魚介類 乳 類	原宿ドック (メープル) 麦茶
5	火	ごはん		マーボー豆腐 えびシューマイ (2個) チョレギサラダ		小 魚 きのご類	新潟仕込み(塩) スイートポテト オレンジジュース
6	水	ロールパン		フランクフルトソー ポトフ フルーツの生クリーム和え	パンにバナナ・黄桃・パインアップル・みかんの入った「フルーツの生クリーム和え」をはさんで、フルーツサンドにして食べてみましょう！	魚介類 種実類	ばかうけ ウエハース 麦茶
7	木	ごはん		鶏肉の塩こうじ焼き 阿見町産大根のサラダ (ドレッシング) 阿見町産ターサイのかきたまスープ	7日から12日は 茨城いっぱい献立!	豆 類 海藻類	いちごケーキ 麦茶
8	金	阿見町やさしい いっぱいごはん		さんまのかば焼き カリフローレのカレーマリネ 具たくさんみそ汁	阿見町や茨城県内で採れた食材をたくさん使っています。地産産の新鮮な食材を味わいましょう！「ターサイ」や「カリフローレ」などこの季節にしか味わえない阿見町産の野菜も登場です！	卵 類 いも類	メロンゼリー 昆布おかき 麦茶
11	月	ごはん 納豆		茨城県産厚焼き玉子 あさ漬け 鶏肉と根菜の煮物		魚介類 緑黄色野菜	ブルーベリー クレープ 麦茶
12	火	ごはん		茨城県産豚肉のしょうが焼き 白菜のさっぱり和え けんちん汁		豆 類 種実類	純米せんべい 野菜生活(緑)
13	水	中華めん		野菜たっぷりタンメンスープ ◎ぎょうざ (2個) みかん	はしやわんを 正しく使って使おう!	乳 類 小 魚	いちごプリン ハッピーターン 麦茶
14	木	ごはん		三色そばろ 磯香和え 豚汁	<磯香和え> 旬の野菜を焼きのりとしょうゆで和えます。今月は、キャベツ、もやし、こまつな、にんじんを使用しました。ほうれん草などもおすすめです。	きのご類 海藻類	バナナ ぱりんこ 麦茶
15	金	ごはん		鶏のから揚げ 春雨サラダ かにかまと卵のスープ	☆☆☆小中学生のみなさんが考案 してくれた献立を取り入れます！☆☆☆ 今夏、町内小中学校から「地域の食材を取り入れた給食献立」を募集しました。12月の給食から、随時取り入れていきます。お楽しみに！	魚介類 いも類	アンパンマン ソフトせんべい きになる野菜 (白ぶどう)
18	月	ごはん		かつカレー (カレー・とんかつ) かみかみサラダ(ドレッシング)	今月は…… 8日(金) 阿見町やさしいいっぱいごはん 19日(火) きんぴらごぼうれんこん みそバターちゃんこ汁～!! 20日(水) カリカリベーコン入りの バターナッツかぼちゃのサラダ	種実類 きのご類	ボンデーナツ 麦茶
19	火	ごはん たまごふりかけ		ほっけの塩焼き きんぴらごぼうれんこん みそバターちゃんこ汁～!!		豆 類 小 魚	お米のタルト フルーツセット 麦茶
20	水	ロールパン いちごジャム		★豆乳コロッケ カリカリベーコン入りの バターナッツかぼちゃのサラダ アルファベットスープ	🎄冬至献立(12月21日)🎄 冬至は、1年のうちで1番夜が長い日のことです。この日は、寒さも厳しいことから、ゆず湯に入り体を温め、かぼちゃを食べてかせ予防をする風習があります。 今年の冬至は22日です。	魚介類 果物類	ふがし 型抜きチーズ 麦茶
21	木	ごはん		鶏肉のゆず風味だれ 白菜のおかか和え ほうとう		卵 類 種実類	いよかんゼリー ソフトサラダ せんべい 麦茶
22	金	ごはん		もみの木ハンバーグトマトソース 星のチーズサラダ ジュリエヌスープ	★クリスマス献立★	魚介類 果物類	チョコレートケーキ 星たべよ 麦茶

※材料の都合により、献立内容が変更になる場合もあります。

※5日オレンジジュースは備蓄の食材になります。

★ソース ◎しょうゆ

25日(月)～28日(木)はおやつのみになります。

- (おやつ)
 25日(月) 100ml牛乳・星のパフ・源氏パイ・麦茶
 26日(火) 100ml牛乳・アンパンマンお野菜せんべい・ウエハース・麦茶
 27日(水) 100ml牛乳・ココナッツサブレ・ばかうけ・麦茶
 28日(木) 100ml牛乳・ビスコ・ハッピーターン・麦茶

令和5年も、給食センター業務に御理解、御協力をいただきありがとうございました。年末年始は、年越しや正月、鏡開きなど日本古来の食文化を感じることが多いですね。ぜひ、御家庭での食事を楽しんでください。
 1月の給食は、9日(火)より始まります。
 来年もよろしくお願い致します。

