

学校給食予定献立表



12月に入り、寒さが身にしみる季節になりました。今年も残すところあと1か月です。体調を崩さないように規則正しい生活習慣と栄養バランスのよい食事を心がけて、楽しい冬休みを迎えられるようにしましょう。

家庭とつながる！新食育ブック③成長期に大切な食品

大阪狭山市立学校給食センター

TEL 072-366-0567

FAX 072-368-2394

食物アレルギー対応 除去するもの（5種類9品目）	
●卵	
▲乳製品 〔牛乳・チーズ・ヨーグルト・ バター・脱脂粉乳〕	
■いか	
★えび	
◆かに	
除去対象献立名	

令和3年12月分

12月分の給食費は11月29日(月)～12月23日(木)

大阪狭山市教育委員会
大阪狭山市学校給食会

献立名	食品名と数量	献立名	食品名と数量	献立名	食品名と数量
十二月一日(水)	パンパキンパン 牛乳 カレーうどん お魚ボールのあんかけ 白菜の昆布あえ	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 ほうれん草のツナサラダ 金時豆の甘露煮	ポークカレーライス (増量玄米ごはん) カレールウ ヨーグルトサラダ (除去食 フルーツポンチ) 福神漬	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二日(木)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月三日(金)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月四日(土)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月五日(日)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月六日(月)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月七日(火)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月八日(水)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月九日(木)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十日(金)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十一日(土)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十二日(日)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十三日(月)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十四日(火)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十五日(水)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十六日(木)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十七日(金)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十八日(土)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月十九日(日)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十日(月)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十一日(火)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十二日(水)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十三日(木)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十四日(金)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十五日(土)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十六日(日)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十七日(月)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十八日(火)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月二十九日(水)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ
十二月三十日(木)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮もの 玉葱のみそ汁	全粒粉パン 牛乳 チキンバーグのバルサミソース じゃがいものスパイシー炒め きやべつのスープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ炒め ひじきのボン酢サラダ 冬野菜の生姜スープ

寒さに負けない体をつくりましょう

十六日(木)

献立名	食品名と数量	献立名	食品名と数量
黒糖パン 牛乳 鶏肉の バーベキューソース ポテトサラダ (除去食 塩味ポテトサラダ) 白菜のスープ	赤緑緑 鶏肉 きやべつ しめじ にんにく よんかつソース 赤ワイン トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース さとう 塩 黒こしょう セージ 黄		

☆大阪狭山市立学校給食センターでは、使用食材の産地・バイキング給食の献立内容や献立の写真など給食関係の情報をホームページに掲載しています。
〔大阪狭山市ホームページ（<http://www.city.osakasayama.osaka.jp>）⇨子育て・教育⇨学校給食⇨大阪狭山市の学校給食について〕