# 令和6年度　　12月分中学校予定献立表（詳細）



| | 12 月 2 日 （月） | | | 12 月 3 日 （火） | | | 12 月 4 日 （水） | | | 12 月 5 日 （木） | | | 12 月 6 日 （金） | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 |
| パン | デニッシュペストリー | 70 | ご飯 | 白飯 | 95 | ご飯 | 麦ご飯 | 95 | ご飯 | 白飯 | 95 | ご飯 | 白飯 | 85 |
| スパゲティイタリアン | スパゲティ | 40 | 吉野汁 | 鶏むね肉 | 25 | ハヤシライス | 豚肩肉 | 35 | 玉ねぎと青梗菜の中華スープ | ベーコン | 22 | 大根ごはんの具 | 大根 | 20 |
| | 豚もも肉 | 25 | | 木綿豆腐 | 25 | | じゃが芋 | 50 | | 青梗菜 | 25 | | 大根の葉 | 5 |
| | 人参 | 25 | | 人参 | 20 | | 人参 | 25 | | 玉葱 | 25 | | 白滝 | 5 |
| | 玉葱 | 30 | | しめじ | 8 | | 玉葱 | 35 | | うずら卵 | 20 | | 鶏もも肉 | 15 |
| | マッシュルーム | 10 | | 大根 | 25 | | グリーンピース | 5 | | むきえび | 10 | | 人参 | 5 |
| | グリーンピース | 5 | | 里芋 | 20 | | 角切チーズ | 10 | | 春雨 | 4 | | なたね油 | 0.2 |
| | にんにく | 0.3 | | 長葱 | 15 | | 脱脂粉乳 | 3 | | 醤油 | 4 | | 和風だし | 0.1 |
| | トマトケチャップ | 25 | | 小松菜 | 15 | | レバーそぼろ | 2.5 | | にんにく | 0.5 | | 醤油 | 3 |
| | ホールトマト | 14 | | かつおだし | 2 | | にんにく | 0.5 | | 黒こしょう | 0.02 | | 食塩 | 0.3 |
| | 中濃ソース | 2.5 | | 酒 | 1.2 | | 生姜 | 0.5 | | なたね油 | 0.8 | | みりん | 0.5 |
| | 食塩 | 0.8 | | 食塩 | 1.2 | | ハヤシルー | 16 | | スープストック | 0.8 | | 酒 | 0.5 |
| | 白こしょう | 0.05 | | 醤油 | 1.5 | | カレールー(No.118) | 2 | | 水 | 120 | | 水 | 5 |
| | なたね油 | 2 | | でん粉 | 2 | | ウスターソース | 2.9 | | | | ※ほうとう | ほうとううどん | 60 |
| | | | | 水 | 120 | | トマトケチャップ | 4 | 焼物 | 餃子（2個） | 50 | | 豚もも肉 | 20 |
| 焼物 | チキンナゲット（2個） | 40 | | | | | なたね油 | 1 | | | | | かぼちゃ | 10 |
| ツナサラダ | ツナ | 15 | 揚物 | ※黒はんぺんフライ | 60 | | 三温糖 | 0.3 | ピリ辛サラダ | 小松菜 | 25 | | 人参 | 10 |
| | 赤ピーマン | 5 | | なたね白絞油 | 6 | | 食塩 | 0.2 | | 大豆もやし | 30 | | 里芋 | 10 |
| | きゅうり | 20 | | 中濃ソース | 2.5 | | 水 | 110 | | 人参 | 5 | | 白菜 | 10 |
| | キャベツ | 30 | | | | | | | | 香味唐辛子たれ | 6 | | ごぼう | 5 |
| | 野菜いっぱいイタリアンドレッシング | 7 | | | | | | | | (No.136) | | | 長葱 | 15 |
| | (No.187) | | 野菜のごま炒め | キャベツ | 20 | こんにゃくのピリ辛炒め | こんにゃく | 60 | | | | | 小松菜 | 10 |
| | | | | 豚肩肉 | 20 | | 椎茸 | 12 | | | | | かつおだし | 2 |
| | | | | 人参 | 5 | | しめじ | 7 | | | | | 醤油 | 2 |
| | | | | 緑豆もやし | 20 | | きくらげ | 0.5 | | | | | 白味噌 | 10 |
| | | | | さやいんげん | 15 | | ごま油 | 0.4 | | | | | 酒 | 0.6 |
| | | | | なたね油 | 0.4 | | かつお節 | 0.5 | パック | 鉄分チーズ | 10 | | 水 | 130 |
| | | | | ごま油 | 0.1 | | 醤油 | 3 | | | | 鮭のマヨネーズ焼き | 甘塩鮭 | 60 |
| | | | | ごまあえの素(No.133) | 2 | | みりん | 2 | | | | | マヨネーズ | 12 |
| | | | | 白すりごま | 0.6 | | 一味唐辛子 | 0.01 | | | | | (No.205) | |
| | | | | 食塩 | 0.1 | | なたね油 | 0.5 | | | | | | |
| | | | | 醤油 | 0.7 | | | | | ※北中リクエスト献立 | | | | |
| | | | | ※静岡県郷土料理献立 | | 果物 | キウイフルーツ | 55.25 | | | | デザート | ※ワインゼリー | 60 |
| | | | | | | | (1/2個) | | | | | | ※山梨県郷土料理献立 | |

色かけ の食品は12月の配合表をご覧ください。

食品が原材料100%の場合、配合表を載せていない場合があります。

| | 12 月 9 日 （月） | | | 12 月 10 日 （火） | | | 12 月 11 日 （水） | | | 12 月 12 日 （木） | | | 12 月 13 日 （金） | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 |
| パン | 子供パン | 70 | ご飯 | 白飯 | 95 | ご飯 | 白飯 | 95 | ご飯 | 白飯 | 95 | 麺 | 中華麺 | 100 |
| 白菜とベーコンのスープ | 白菜 | 40 | ちゃんこ鍋 | 鶏もも肉 | 30 | トックスープ | トック | 30 | ※打ち豆汁 | 打ち豆 | 7 | 豚骨ラーメン | 焼き豚 | 25 |
| | ベーコン | 15 | | いか | 15 | | 鶏もも肉 | 20 | | 油揚げ | 8 | | 竹の子 | 15 |
| | 人参 | 20 | | むきえび | 20 | | 竹の子 | 15 | | かぶ | 20 | | 人参 | 15 |
| | 玉葱 | 25 | | かまぼこ | 15 | | 人参 | 15 | | かぶの葉 | 5 | | 長葱 | 10 |
| | ほうれん草 | 25 | | 焼き豆腐 | 30 | | あさり | 3 | | 里芋 | 20 | | 青梗菜 | 15 |
| | スープストック | 1.2 | | 白滝 | 20 | | 椎茸 | 6 | | 人参 | 15 | | きくらげ | 1 |
| | 食塩 | 0.6 | | 白菜 | 50 | | 小松菜 | 15 | | ごぼう | 15 | | なると | 10 |
| | 黒こしょう | 0.04 | | 人参 | 13 | | 中華用スープストック | 1.3 | | 長葱 | 15 | | メンマ | 8 |
| | 水 | 140 | | 長葱 | 20 | | 醤油 | 2.3 | | 小松菜 | 10 | | 豚骨スープの素 | 15 |
| | | | | 和風だし | 0.5 | | 食塩 | 0.4 | | 白味噌 | 11.2 | | がらスープ（ポーク＆チキン） | 2.6 |
| 白身魚のトマトソースかけ | 白身魚フリッター | 70 | | かつおだし | 0.7 | | 白こしょう | 0.04 | | かつおだし | 2 | | 水 | 165 |
| | | | | みりん | 1.3 | | なたね油 | 1 | | 和風だし | 0.5 | | | |
| | トマトケチャップ | 4 | | 酒 | 1 | | 水 | 140 | | 水 | 140 | ※チーズ蒸しパン | 蒸しパンの粉 | 33.5 |
| | ソテーオニオン | 2 | | 白味噌 | 8.5 | 鶏肉の韓国風照焼き | 鶏もも肉（切り身） | 70 | | | | | 牛乳 | 17.5 |
| | デミグラスソース | 2 | | 砂糖 | 0.5 | | 長葱 | 3 | | | | | 脱脂粉乳 | 1.5 |
| | おろしりんご | 3 | | 水 | 55 | | にんにく | 0.6 | ※ソースかつ丼 | とんかつ | 60 | | 角切チーズ | 7 |
| | ホールトマト | 4 | | | | | 生姜 | 0.6 | | なたね白絞油 | 6 | | 水 | 3.7 |
| | 赤ワイン | 0.5 | 揚物 | メンチカツ | 60 | | 醤油 | 5 | | 中濃ソース | 4 | | | |
| | 水 | 1.4 | | なたね白絞油 | 6 | | 三温糖 | 1 | | ウスターソース | 3 | | | |
| | | | | 中濃ソース | 2.5 | | 酒 | 3 | | トマトケチャップ | 1.4 | | | |
| | | | | | | | みりん | 1 | | 醤油 | 0.3 | のり和え | キャベツ | 20 |
| | | | | | | | 七味唐辛子 | 0.01 | | 砂糖 | 0.8 | | きゅうり | 15 |
| | | | | | | | ごま油 | 0.5 | | みりん | 1.6 | | 緑豆もやし | 25 |
| | | | | | | | 白炒りごま | 0.5 | | 水 | 5 | | 人参 | 5 |
| ポテトサラダ | フライドポテト | 35 | コロコロきゅうり | きゅうり | 50 | ビビンバ | 豚肩肉 | 30 | | | | | 刻みのり | 0.5 |
| | 人参 | 10 | | ねぎごまドレッシング | 5 | | 大豆ミート | 3 | | 切干し大根 | 8 | | 土佐しょうゆ | 2.5 |
| | 玉葱 | 15 | | (No.204) | | | にんにく | 0.2 | | さつま揚げ | 10 | | | |
| | きゅうり | 20 | | | | | 生姜 | 0.36 | 切干大根の煮付 | 人参 | 7 | | | |
| | 枝豆 | 5 | | | | | 酒 | 0.6 | | 砂糖 | 2 | | | |
| | マヨネーズ(No.205) | 9 | | | | | 緑豆もやし | 35 | | 醤油 | 3.2 | | | |
| | 食塩 | 0.3 | | | | | 大豆もやし | 10 | | みりん | 0.3 | | | |
| | 白こしょう | 0.02 | | | | | 人参 | 15 | | 和風だし | 0.25 | | | |
| | | | | | | | にら | 8 | | 水 | 17 | | | |
| | | | | | | | 砂糖 | 2.5 | | | | | | |
| パック | キャラメルクリーム | 15 | | | | | 醤油 | 6 | | ※福井県郷土料理献立 | | | ※読書献立 | |
| | | | | | | | 豆板醤 | 0.36 | | | | | | |
| | | | | | | | なたね油 | 0.5 | | | | | | |

# 令和6年度　　12月分中学校予定献立表（詳細）



| 12 月 16 日 （月） | | | 12 月 17 日 （火） | | | 12 月 18 日 （水） | | | 12 月 19 日 （木） | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 飲料 | コーヒー牛乳 | 200 | 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 牛乳 | 206 |
| パン | ツイストパン | 70 | ご飯 | 白飯 | 95 | ご飯 | 白飯 | 95 | ご飯 | 麦ご飯 | 95 |
| 小松菜のシチュー | 鶏もも肉 | 30 | 水餃子 | 水餃子 | 35 | みぞれ汁 | 大根おろし | 30 | チキンカレー | 鶏もも肉 | 35 |
| | 玉葱 | 30 | | 豚もも肉 | 20 | | 鶏もも肉 | 20 | | 人参 | 25 |
| | 人参 | 25 | | ミニ絹厚揚げ | 10 | | 人参 | 20 | | じゃが芋 | 30 |
| | じゃが芋 | 40 | | 人参 | 12 | | 長葱 | 20 | | 玉葱 | 35 |
| | 小松菜 | 10 | | 白菜 | 20 | | こんにゃく | 15 | | レバーそぼろ | 3 |
| | グリーンピース | 5 | | 竹の子 | 20 | | 木綿豆腐 | 12 | | 脱脂粉乳 | 3 |
| | マッシュルーム | 10 | | 小松菜 | 20 | | かつおだし | 2 | | にんにく | 0.5 |
| | 牛乳 | 50 | | 中華用スープストック | 0.8 | | 醤油 | 6 | | 生姜 | 0.5 |
| | 生クリーム | 8 | | がらスープ（ポーク＆チキン） | 4 | | 食塩 | 0.4 | | カレールー（No.118） | 10 |
| | 角切チーズ | 3 | | 食塩 | 0.15 | | 酒 | 1 | | カレールー（No.119） | 9 |
| | 脱脂粉乳 | 3 | | 醤油 | 4 | | みりん | 1 | | 角切チーズ | 5 |
| | ポタージュベース | 9 | | 白こしょう | 0.04 | | でん粉 | 3 | | ウスターソース | 3.2 |
| | なたね油 | 1 | | 水 | 160 | | 水 | 160 | | トマトケチャップ | 3 |
| | ベシャメルソース | 9 | | | | ブリの柚子胡椒ソースかけ | ぶり澱粉付 | 50 | | カレー用スパイス | 0.1 |
| | 白こしょう | 0.02 | 揚物 | 鶏の唐揚げ（2個） | 60 | | なたね白絞油 | 5 | | なたね油 | 1 |
| | 水 | 60 | | なたね白絞油 | 6 | | ゆずこしょう | 0.2 | | 水 | 100 |
| | | | | | | | 醤油 | 2 | | | |
| 焼物 | スペイン風オムレツ | 60 | 茎わかめのサラダ | 茎わかめ | 10 | | 酒 | 1 | ツナ入り大根サラダ | 大根 | 40 |
| | | | | きゅうり | 15 | | みりん | 1 | | 人参 | 5 |
| ブロッコリーのサラダ | ブロッコリー | 25 | | 緑豆もやし | 25 | | 砂糖 | 1 | | きゅうり | 10 |
| | カリフラワー | 20 | | 赤ピーマン | 5 | | でん粉 | 0.2 | | ライトツナ油漬フレークR | 10 |
| | キャベツ | 15 | | 塩中華ドレッシング | 6 | | 水 | 3 | | イタリアンドレッシング | 6.5 |
| | 人参 | 5 | | （No.208） | | | | | | （No.198） | |
| | 野菜いっぱい香味玉ねぎドレッシング | 7 | | | | | 豚もも肉 | 10 | | | |
| | （No.191） | | | | | | 大豆ミート | 2.5 | | | |
| | | | | | | かぼちゃのそぼろ煮 | かぼちゃ | 60 | | | |
| | | | | | | | 生姜 | 0.5 | 手作りアップルパイ | パイシート | 19 |
| | | | | | | | なたね油 | 0.8 | | りんごダイス缶 | 27 |
| | | | | | | | みりん | 1.5 | | | |
| | ※早稲田中リクエスト献立 | | | | | | 砂糖 | 1.5 | | | |
| | | | | | | | 酒 | 1 | | | |
| | | | | | | | 醤油 | 3 | | | |
| | | | | | | | 水 | 3 | | | |
| | | | | | | | ※冬至献立 | | | ※お楽しみ献立 | |