


タットリタンとは？  
かんこくの  
だいひょうてきな  
かていりょうりの  
ひとつで、  
かんこくふうの  
あまからいにものだよ

日・曜	1日(金)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	11日(月)	12日(火)
献立名	しんメニュー いろどりごはん タットリタン あげたこやき ぎゅうにゅう	ごはん しおラーメン とりにくのさっぱりに ぎゅうにゅう ふりかけ(おかか)	とんかつパーガー はるさめスープ のむヨーグルト(コアコア)	カレーライス フルーツミックス ぎゅうにゅう	コッペパン かぶとベーコンのスープ フランクフルトのソー ぎゅうにゅう イチゴジャム	しんメニュー としよきゅうしよく ごはん ぶたじる さばのピリからに ぎゅうにゅう	しんメニュー ねぎしおぶたどん だいこんととりだんこのスープ ぎゅうにゅう	ココアパン ミネストローネ クリスマスチキン ジョア(マスカット)
材料名および 三色栄養	せいはいくまい いろどりごはんのもと とりにく じゃがいも だいこん たまねぎ にんじん にんにく つちしょうが さとう こいくちしょうゆ みりん コチュジャン とりがら スープ たこやき あげあぶら ぎゅうにゅう	黄 せいはいくまい ちゅうかめん ぶたにく にんじん チンゲンサイ もやし キャベツ わかめ あおねぎ うすくちしょうゆ しお こしょう とんこつ とんこつ とりがら スープ とりにく うずらたまご つちしょうが にんにく さとう こいくちしょうゆ さけ みず ぎゅうにゅう おかかふりかけ	黄 うずまきカットパン とりにく どうふ りよくとうはるさめ はくさい にんじん サラダあぶら とうにゅう カレーウ ウスターソース しお こしょう とりがら とんこつ とんこつ とりがら スープ とんかつ あげあぶら キャベツ サラダあぶら しお こしょう いっしょくとんかつソース のむヨーグルト(コアコア)	黄 せいはいくまい ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん サラダあぶら とうにゅう カレーウ ウスターソース しお こしょう みず みかんかん パインかん おうとうかん ぎゅうにゅう	黄 コッペパン ベーコン かぶ こまつな はくさい にんじん うすくちしょうゆ しお こしょう ローレル とりがら スープ フランクフルト スープ グリーンピース サラダあぶら しお こしょう ぎゅうにゅう イチゴジャム	黄 せいはいくまい ぶたにく さつまいも たまねぎ にんじん しめじ ごぼう あおねぎ あかみそ しろみそ けずりぶし だしじる さば つちしょうが あかみそ さとう こいくちしょうゆ さけ こまあぶら とうばんじゃん みず ぎゅうにゅう	黄 せいはいくまい とりにく だいこん にんじん しめじ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ ぶたにく もやし たまねぎ にんじん あおねぎ つちしょうが にんにく サラダあぶら しお こしょう さけ レモンじる こいくちしょうゆ こまあぶら いりごま ぎゅうにゅう	黄 ココアパン ベーコン じゃがいも カットスパゲティ たまねぎ にんじん セロリ にんにく サラダあぶら トマトピューレ ケチャップ さとう うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら スープ クリスマスチキン あげあぶら ジョア(マスカット)
エネルギー/たんぱく質/脂質	555kcal 19.6g 15.0g	530kcal 32.7g 14.7g	605kcal 21.8g 21.8g	617kcal 17.3g 16.0g	570kcal 21.3g 21.7g	603kcal 27.0g 19.8g	546kcal 23.5g 18.6g	602kcal 21.5g 19.7g

あか あかいろ しよCOん からだ  
赤: 赤色の食品... 体をつくるものになるもの  
黄: 黄色の食品... 熱や力になるもの  
赤: 赤色の食品... 体の調子をととのえるもの

**今月の図書給食**  
12月8日(金) さつまいも 「おおきなおおきなおいも」  
赤羽末吉作・絵 福音館書店

あおぞらようちえんの子どもたちは、いもほりをとても楽しみにしていました。しかし、雨で延期になってしまい、残念がる子どもたち。  
先生は、「仕方ありませんね」というけれど…。  
「そうだ！」子どもたちみんなで、大きな紙においもを描きはじめます。  
紙をつなげてつなげて、おいもの絵はどんどん大きくなり…！？  
おいもをどうやって掘り出そうか、どうやって運ぼうか、どうやって洗おうか。  
どこまでも空想が広がっていきます。子どもの想像力、無限大。  
給食のさつまいも、ゆめいっぱい。



# 令和5年度 12月



## こんだてひょう

熊取町教育委員会

日・曜	13日(水)	14日(木)	15日(金)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(木)	23日(木)
献立名	しんメニュー ごはん みそにこみうどん あつあげのそぼろにぎゅうにゅう せとふうみふりかけ	コッペパン クリームシチュー キャベツのサラダ ぎゅうにゅう	クリスマスこんだて チキンライス マカロニスープ ポテトソー ぎゅうにゅう クリスマスデザート	(は) ごはん トック ヤンニョムチキン ぎゅうにゅう	こがたパン きのこスパゲティ まめサラダ のむヨーグルト(コアコア)	ごはん かすじる わふうハンバーグ ぎゅうにゅう	こくとうパン とうふいりちゅうかスープ マーボーはるさめ ぎゅうにゅう	しゅうぎょうしぎ 	
材料名および三色栄養	せいはいくまい	黄	黄	せいはいくまい	黄	黄	黄	黄	黄
	うどん	黄	黄	チキンライスのもと	黄	こがたパン	黄	こくとうパン	黄
	ぶたにく	赤	赤	ミニウインナー	赤	ハーフスパゲティ	黄	ぶたにく	赤
	あぶらあげ	赤	黄	シェルマカロニ	黄	ベーコン	赤	あぶらあげ	赤
	だいこん	緑	緑	たまねぎ	赤	たまねぎ	赤	さといも	赤
	ほうれんそう	緑	緑	キャベツ	赤	にんじん	赤	つきこんにやく	赤
	にんじん	緑	赤	にんじん	赤	ピーマン	赤	だいこん	赤
	あおねぎ	緑	赤	にんじん	赤	しめじ	赤	にんじん	赤
	あかみそ	赤	赤	うすくちしょうゆ	赤	エリンギ	赤	あおねぎ	赤
	しろみそ	赤	赤	しお	赤	にんにく	赤	あかみそ	赤
	しお	赤	赤	こしょう	赤	サラダあぶら	赤	しろみそ	赤
	けずりぶし	赤	赤	とりがら	赤	トマトピューレ	赤	さけかす	赤
だしこんぶ	赤	赤	スープ	赤	ケチャップ	赤	けずりぶし	赤	
だしじる	赤	赤	ベーンコン	赤	ウスターソース	赤	だしじる	赤	
どりミンチ	赤	赤	じゃがいも	赤	しお	赤	ぶたミンチ	赤	
つちしょうが	赤	赤	パセリ	赤	こしょう	赤	りよくとうはるさめ	赤	
あつあげ	赤	赤	サラダあぶら	赤	とりがら	赤	にんじん	赤	
にんじん	赤	赤	しお	赤	とんこつ	赤	あおねぎ	赤	
えだまめむきみ	赤	赤	きゅうにゅう	赤	スープ	赤	つちしょうが	赤	
かたくりこ	赤	赤	クリスマスデザート	赤	どりにく	赤	にんにく	赤	
サラダあぶら	赤	赤		赤	こむぎこ	赤	あかみそ	赤	
さとう	赤	赤	コンクリーミードレッシング	赤	かたくりこ	赤	サラダあぶら	赤	
こいくちしょうゆ	赤	赤	ぎゅうにゅう	赤	あげあぶら	赤	ごまあぶら	赤	
みりん	赤	赤		赤	つちしょうが	赤	さとう	赤	
けずりぶし	赤	赤		赤	さとう	赤	こいくちしょうゆ	赤	
だしこんぶ	赤	赤		赤	こいくちしょうゆ	赤	みりん	赤	
だしじる	赤	赤		赤	ケチャップ	赤	とうばんじゃん	赤	
ぎゅうにゅう	赤	赤		赤	コチュジャン	赤	とりがら	赤	
せとふうみふりかけ	赤	赤		赤	かたくりこ	赤	とんこつ	赤	
	赤	赤		赤	みず	赤	スープ	赤	
	赤	赤		赤	ぎゅうにゅう	赤	ぎゅうにゅう	赤	
エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質
574kcal 26.5g 19.6g	645kcal 24.4g 26.3g	617kcal 19.6g 18.1g	633kcal 31.4g 17.1g	615kcal 24.0g 16.9g	579kcal 24.3g 19.2g	579kcal 25.7g 21.1g			

赤: 赤色の食品...体をつくるもとになるもの  
 黄: 黄色の食品...熱や力になるもの  
 緑: 緑色の食品...体の調子をととのえるもの

◇都合により、献立が一部変更になる場合があります。

◇(は)マークの献立は、かみごたえのある食材を使用しています。よくかんで食べましょう。

◇給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品標準成分表八訂」に基づき算出しています。



	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂肪(g)
きじゅんえいよりりょう 基準栄養量	650	21~33	14~22
こんげつへいきんえいよりりょう 今月平均栄養量	591	24.0	19.0