

# 12月 給食献立表

令和6年度 人吉市学校給食センター

日	曜	主食	牛乳	おかず	おかず等に使用している食品（食物アレルギー項目を含む）	食物アレルギー除去食
2	月	白ごはん (米)	牛乳	けんちん汁 サバの青のりパン焼き ゆず大根	厚揚げ ごぼう 里芋 椎茸 大根 人参 ねぎ いりこ 醤油 みりん サバ 塩 マヨネーズ 油 パン粉 青のり ゆず 大根 塩 砂糖 酢	
3	火	コッペパン (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング)	牛乳	春雨スープ 鶏のから揚げ ポテトサラダ	春雨 蒲鉾 人参 玉ねぎ えのき 小松菜 生姜 チキンガラスープ 醤油 塩 こしょう 鶏肉 小麦粉 でんぷん 酒 ガーリックパウダー 塩 こしょう 油 じゃが芋 玉ねぎ ハム きゅうり 人参 マヨネーズ	
4	水	麦ごはん (米・麦)	牛乳	マーボー豆腐 青菜と大根の中華和え	豚肉 豆腐 たけのこ 玉ねぎ 人参 きくらげ ねぎ 油 ごま油 みりん ごま 砂糖 醤油 酒 豆板醤 しょうが にんにく 塩 でんぷん みそ ちりめん 大根 小松菜 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま油	
5	木	パインパン (小麦粉 乾燥パイン ショートニング 砂糖 乳)	牛乳	人吉きくらげの和風パスタ ビーンズとツナのサラダ	ベーコン スパゲッティ ちりめん 玉ねぎ キャベツ 人参 きくらげ しめじ にんにく オリーブ油 醤油 みりん コンソメ 塩 こしょう 大豆 インゲン豆 金時豆 ツナ きゅうり レタス 玉ねぎ ベーコン にんにく 醤油 酢 油 塩 こしょう	
6	金	ゆかりごはん (米 麦 しそ 砂糖 酵母エキス リンゴエキス)	牛乳	肉じゃが カムカムサラダ	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 椎茸 しらたき グリンピース 生姜 油 砂糖 醤油 酒 みりん ごぼう 酢 人参 きくらげ きゅうり マヨネーズ 醤油 ごま	
9	月	白ごはん (米)	牛乳	さつま汁 いわしの梅煮 キャベツのおかか和え	鶏肉 さつま芋 人参 大根 ごぼう 豆腐 椎茸 ねぎ こんにゃく いりこ(だし用) みそ いわし 砂糖 しそ 醤油 みりん でんぷん 梅肉 塩 キャベツ 人参 かつお節 醤油 砂糖	
10	火	黒糖パン (小麦 乳 砂糖 ショートニング 黒糖)	牛乳	チリコンカン 小松菜のソテー みかん	牛肉 大豆 人参 玉ねぎ じゃが芋 パセリ にんにく 油 ケチャップ ソース コンソメ チリパウダー 小松菜 人参 コーン しめじ 醤油 マーガリン マヨネーズ 塩 こしょう みかん	
11	水	麦ごはん (米・麦)	牛乳	チキンカレー スパゲティサラダ	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 エリンギ ひよこ豆 にんにく グリンピース 油 ケチャップ カレールー(小麦粉 ラード 砂糖 カレー粉 牛肉エキス トマトペースト チキンブイヨン にんにく でんぷん さつまいもパウダー 白菜パウダー キャベツパウダー) ソース スパゲッティ ハム きゅうり 人参 キャベツ マヨネーズ 酢	
12	木	発芽玄米ごはん (米 発芽玄米)	牛乳	すきやき 大根と昆布の酢の物 一食のり	牛肉 豆腐 さつま揚げ しらたき マロニー 人参 玉ねぎ 白菜 ねぎ えのき 油 砂糖 醤油 みりん 酒 大根 きゅうり 人参 鶏肉 昆布 酢 砂糖 醤油 ごま油 のり	
13	金	わかめごはん (米 麦 わかめ 塩)	牛乳	のっぺ汁 鶏とレバーのアーモンド和え ミニりんごゼリー	ちくわ 里芋 人参 ごぼう 大根 こんにゃく 油揚げ 椎茸 ねぎ いりこ 醤油 みりん 鶏肉 醤油 酒 小麦粉 でんぷん 鶏レバー 竜田揚げ(鶏レバー でん粉 砂糖 醤油 塩 にんにく 生姜) 枝豆 赤ピーマン 玉ねぎ 生姜 砂糖 アーモンド みりん 油 りんご果汁 砂糖	
16	月	白ごはん (米)	牛乳	切干大根のうま煮 五色和え	切干大根 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 厚揚げ 人参 こんにゃく 椎茸 いんげん 油 砂糖 みりん 醤油 白菜 ほうれん草 錦糸卵 人参 生姜 ごま 砂糖 醤油 酢 油	卵 (五色和え)
17	火	食パン (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング)	牛乳	白菜のクリーム煮 ひじきと豆のサラダ みかんジャム	ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 白菜 しめじ ミックスベジタブル(コーン 人参 ブロッコリー) 油 ポタージュエースコーン(小麦粉 脱脂粉乳 豚脂 ポークエキス ホタテエキス 砂糖) クリーミーホワイトソース(小麦粉 さつま芋 チーズ オニオンパウダー パター 塩 砂糖 こしょう) コンソメ スキムミルク こしょう ひじき 砂糖 醤油 キャベツ インゲン豆 金時豆 大豆 きゅうり 醤油 マヨネーズ みかん 水あめ 砂糖	乳 (白菜のクリーム煮)
18	水	麦ごはん (米・麦)	牛乳	大根のみそ汁 アジフライ きゅうりのごま和え	油揚げ 大根 玉ねぎ 人参 豆腐 えのき わかめ ねぎ みそ いりこ(だし用) アジ パン粉 小麦粉 でんぷん 食塩 きゅうり 醤油 砂糖 ごま	
19	木	人参パン (小麦粉 米粉 砂糖 ショートニング マーガリン 塩)	牛乳	血うどん れんこんサラダ	焼チャーシュー 豚肉 イカ 蒲鉾 たけのこ キャベツ きくらげ 人参 ねぎ 玉ねぎ 生姜 油 チキンガラスープ 醤油 でんぷん 塩 こしょう れんこん きゅうり 人参 マヨネーズ 醤油 酢 ごま	イカ (血うどん)
20	金	菜めし (広島菜 京菜 大根菜 砂糖 食塩 昆布エキス みそ 鰹節 でんぷん)	牛乳	かぼちゃのそぼろ煮 野菜とこんにゃくのサラダ	鶏肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ 椎茸 さつま揚げ 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん こんにゃく ツナ キャベツ 人参 きゅうり わかめ 酢 醤油 塩	
23	月	チキンライス (ケチャップ にんじん 油 コーン 鶏肉 食塩 砂糖 玉ねぎ ポークエキス 酵母エキス)	牛乳	わかめスープ クリスマスチキン キャベツのドレッシング和え クリスマス米粉のカップケーキ(小) いちごケーキ(中)	豆腐 わかめ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 春雨 油 醤油 チキンガラスープ ごま ごま油 鶏肉 でんぷん 砂糖 醤油 塩 キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン 青じそドレッシング(醤油 昆布 酢 かつお(だし) 青じそ) 豆乳 米粉 砂糖 水あめ 油 いちご 大豆 豆乳 いちご 砂糖 米粉 タビオカ粉 油 塩	
24	火	ミルクパン (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング マーガリン)	牛乳	オニオンスープ 魚のピザ焼き カレーマヨサラダ	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 マカロニ パセリ チキンブイヨン コンソメ 醤油 塩 こしょう 赤魚 塩 こしょう 玉ねぎ 青ピーマン トマト ケチャップ ソース チーズ キャベツ きゅうり 人参 ひよこ豆 カレー粉 醤油 マヨネーズ	乳 (魚のピザ焼き)

12月の給食のおしらせ  
 ☆れんこんサラダ(19日)  
 今月のふるさとくまさんデーは「れんこん」です。  
 ☆西小学校6年生のリクエストメニューです。(3日)  
 コッペパン、春雨スープ、鶏のから揚げ、ポテトサラダ  
 ☆お楽しみケーキ(23日)  
 中学3年生のみセレクトデザートを実施します。

おしらせ(食物アレルギー関係)  
 \*ハムとベーコン、ウインナーは卵不使用のものを使っています。  
 \*マヨネーズは卵不使用のものを使っています。原料の油と大豆粉には大豆が使われています。  
 \*令和5年度から、鶏卵とうずらの卵を「卵」として対応しています。  
 \*献立表にはコンタミネーションに関する表示をしております。

\*給食の献立や食物アレルギーに関するお問い合わせは、人吉市学校給食センター 栄養教諭(TEL 23-5052)へお願いいたします。都合により献立を変更する場合があります。