



12月よていこんだて



C(南小・茂呂小・三郷小・三中・特別支援小・中)

伊勢崎市第一西学校給食調理場

日	曜	献立名	主 な 材 料 名						栄養価			
			体をつくる(あか)		体のちようしをととのえる(みどり)		ねつや力のもとになる(きいろ)		I類*	たんぱくしつ		
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂肪			(kcal)	(g)
2	月	ごはん	牛乳	二色そばろ 白菜の浅漬け 田舎汁	とりにく たまご あつあげ みそ	牛乳	にんじん いんげん	しょうが はくさい きゅうり こんにゃく だいこん ごぼう	ごはん さとう じゃがいも	油 ごま	605 780	25.2 31.6
3	火	ごはん	牛乳	いわし香味フライ みそマヨあえ けんちん汁	いわし たら いか みそ とうふ	牛乳	ほうれん草 にんじん	キャバツ コーン こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さとう さといも パン粉	油 マヨネーズ (ノンエッグ)	619 788	22.0 26.3
4	水	ごはん	牛乳	豆腐ハンバーグのてりやきソースかけ はすのきんぴら 鶏のつみれ汁	とうふ とりにく さつまあげ 油あげ みそ	牛乳	にんじん	ごぼう れんこん ねぎ はくさい だいこん こんにゃく しいたけ たまねぎ	ごはん さとう かたくり粉	油 ごま ごま油	605 773	25.9 31.1
5	木	ゆめロール	牛乳	白身魚フライのソースかけ こんにゃくサラダ ミネストローネ	ほき ベーコン	牛乳	にんじん トマト	こんにゃく キャバツ きゅうり たまねぎ セロリ	パン じゃがいも マカロニ パン粉	油 ドレッシング	629 794	23.2 28.0
6	金	ごはん (ミルキーシェリー)	牛乳	【いせさきふるさと給食】 冬の大根カレー ツナサラダ みかん	まぐろ ぶたにく	牛乳	にんじん	キャバツ きゅうり だいこん たまねぎ しょうが にんにく りんご みかん	ごはん じゃがいも	油 ドレッシング	667 854	21.7 26.2
9	月	ゆでめん	牛乳	かぼちゃとさつまいものかきあげ 千草あえ 肉うどん汁	ぶたにく 油あげ	牛乳	にんじん ほうれん草 かぼちゃ	キャバツ もやし はくさい ねぎ しいたけ たまねぎ	ゆでめん さとう 小麦粉 さつまいも	油 ごま	646 797	23.5 29.4
10	火	ごはん	牛乳	ユーリンチー(2) 春雨サラダ ワンタンスープ	とりにく ぶたにく	牛乳	にんじん にら	しょうが にんにく ねぎ きゅうり もやし たまねぎ キャバツ	ごはん さとう かたくり粉 はるさめ ワンタン皮	油 ごま油	694 857	23.9 28.7
11	水	こめつこぼん	牛乳	【世界遺産登録10周年記念献立】 ハムピカタ 冬野菜のネギベーゼ コーンポタージュ	ハム たまご ベーコン	牛乳 生クリーム	トマト パセリ	下植木ねぎ たまねぎ まいたけ しいたけ しめじ にんにく コーン	パン スパゲッティ じゃがいも	油	631 828	26.6 34.5
12	木	ごはん	牛乳	【郷土料理～秋田県～】 たらのしよつるあげ わかめのごま酢和え きりたんぼ汁	たら とりにく	牛乳 わかめ	にんじん	キャバツ きゅうり えのきたけ だいこん ごぼう ねぎ しいたけ	ごはん さとう きりたんぼ パン粉	油 ごま	608 781	22.2 27.0
13	金	ごはん	牛乳	あじのスタミナ焼き ひじきのいため煮 高野豆腐のみそ汁	あじ だいず 油あげ みそ こうやとうふ とうふ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな	えだまめ こんにゃく だいこん ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	油	604 776	29.1 36.1
16	月	ごはん	牛乳	【伝統食～呉汁～】 ごぼうコロックのソースかけ 鶏肉と大根の煮物 呉汁	とりにく とうふ だいず 豆乳 みそ	牛乳	にんじん こまつな	ごぼう だいこん ねぎ しらたき こんにゃく	ごはん さとう じゃがいも さといも パン粉	油	633 804	20.9 25.3
17	火	パーカーハウス	ジョア マスカット	ハンバーグのデミソースかけ コールスローサラダ 冬野菜のポトフ	とりにく ぶたにく フランクフルト	ジョア	にんじん	キャバツ コーン はくさい たまねぎ だいこん	パン さとう じゃがいも	ドレッシング	627 817	23.3 29.8
18	水	発芽玄米ごはん	牛乳	【行事食～冬至～】 ますのゆず風味焼き かぼちゃのそばろ煮 根菜のごま汁	ます とりにく だいず とうふ 油あげ みそ	牛乳	かぼちゃ にんじん	こんにゃく ねぎ だいこん ごぼう	ごはん さとう さといも	ドレッシング 油 ごま	627 806	29.7 37.0
19	木	中華めん	牛乳	伊勢崎産にらまんじゅう(2) 中華あえ みそラーメンスープ	ぶたにく みそ かまぼこ	牛乳	にら にんじん チンゲンサイ	キャバツ もやし はくさい ねぎ コーン にんにく しょうが	中華めん さとう まんじゅうの皮	油 ごま油	622 785	26.3 31.9
20	金	背割れコッパパン	牛乳	フランクフルトのチリソースかけ ポテトサラダ ABCスープ	フランクフルト だいず ベーコン うずらたまご	牛乳	にんじん	たまねぎ きゅうり コーン キャバツ	パン さとう じゃがいも マカロニ	油 マヨネーズ (ノンエッグ)	662 830	25.4 31.0
23	月	ごはん	牛乳	春巻 八宝菜 フルーツ杏仁あえ	ぶたにく いか うずらたまご	牛乳	にんじん チンゲンサイ	パインアップル もも はくさい もやし たけのこ しょうが にんにく	ごはん さとう 春巻の皮 杏仁豆腐 かたくり粉	油 ごま油	671 831	23.7 28.5
24	火	ロールパン	牛乳	チキンフィレオ ブロッコリーサラダ 白菜のクリームスープ クリスマスデザート◆	とりにく	牛乳	ブロッコリー にんじん パセリ	きゅうり コーン たまねぎ はくさい	パン じゃがいも クリスマスデザート	ドレッシング 油	702 860	26.4 31.1

・材料の都合等で献立が変更になる場合があります。
・献立表には主な材料のみ表示しています。詳しくは調理場までお問合せください。
・栄養価の数字は上段小学校、下段中学校です。
・◆印がついているものは学校配送です。

第一調理場の給食(食材)は、毎週1回放射性物質検査を実施して安全確認をしております。
先月に行った検査では放射性物質不検出でしたので安全が確認できました。

小学校	平均 基準値	638 650	24.6 21~33
中学校	平均 基準値	809 830	30.2 27~42

今月の行事食

- 6日 いせさきふるさと給食
- 11日 世界遺産登録10周年記念献立
- 12日 郷土料理～秋田県～
- 16日 伝統食～呉汁～
- 18日 行事食～冬至～



献立表及び給食だよりは市ホームページにも掲載しています。



12月分の給食費引落し日は12月25日(水)です。
給食費の未納は皆さんの給食に影響いたします。
引落日前日までに口座残高の確認をお願いします。



～12月の地場産物～

ごはん・にら・ごぼう・キャバツ
こまつな・ほうれん草・下植木ねぎ
だいこん・にんじん・たまねぎ(6日のみ)



「富岡製糸場と絹遺産群」 世界遺産登録10周年記念献立『ネギベーゼ』

「富岡製糸場と絹遺産群」は、富岡市の富岡製糸場とともに伊勢崎市の田島弥平旧宅、藤岡市、下仁田町に点在する養蚕・製糸関連の文化財によって構成されています。今回登録10周年を記念して3市1町で統一献立を実施します。
『ネギベーゼ』は、富岡製糸場設立の中心人物であった渋沢栄一とゆかりのある「ホテルオークラ京都」で提供されていた、ねぎを使ったスパゲッティです。伊勢崎市では下植木ねぎを使用し、給食用にアレンジして提供します。