



# 12月 きゅうしょくこんだて表(B)

別府市学校給食センター (B)

はし	日曜	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を ととのえる	エネルギー (kcal) 小学生	エネルギー (kcal) 中学生
	2月	ミルクパン		とりに鶏のピザカップ ジュリエンスープ	牛乳,鶏肉,チーズ,ベーコン	ミルクパン,フライドポテト	えだめ,キャベツ,にんじん,玉ねぎ,パセリ,にんにく	583kcal	741kcal
★	3火	ごはん		チャプチェ 肉団子スープ	牛乳,豚肉,肉団子	米,油,春雨,三温糖,ごま油	白菜,にんじん,ピーマン,きくらげ,キャベツ,乾しいたけ,ねぎ,にんにく,しょうが	570kcal	695kcal
	4水	ごはん		ジビエカレー ヨーグルト和え	牛乳,しから肉,豚肉,チーズ,ヨーグルト	米,油,じゃがいも,	にんじん,玉ねぎ,えだめ,しょうが,にんにく,みかん缶,もも缶,ハイン缶,ナタデココ	618kcal	762kcal
★	5木	ごはん		タラのオーロラソース 豆腐のみそ汁 ブロッコリー	牛乳,タラ,豆腐,油揚げ,わかめ,みそ	米,油,三温糖,片栗粉,ごま	だいこん,にんじん,ねぎ,ブロッコリー	604kcal	741kcal
	6金	コッペパン		スパイスチキン 野菜スープ マーシャルビーンズ	牛乳,鶏肉,ベーコン	コッペパン,片栗粉,油,じゃがいも,マーシャルビーンズ	キャベツ,にんじん,玉ねぎ	649kcal	811kcal
★	9月	あおな 青菜ごはん		和風たまご焼き よせなべ	牛乳,たまご,豚肉,鶏肉,豆腐	米,三温糖,マロニー	にんじん,ら,はくさい,だいこん,えのきたけ,白ねぎ,広島菜	587kcal	718kcal
★	10火	ミニコッペパン		ナポリタン 冬野菜のスープ ペアパック (いちご&マーガリン)	牛乳,ウインナー,粉チーズ,ベーコン	コッペパン,スパゲッティ,油,三温糖,じゃがいも,ジャム,マーガリン	玉ねぎ,にんじん,黄ピーマン,だいこん,はくさい,コーン,パセリ,にんにく,トマトピューレ	593kcal	772kcal
★	11水	ごはん		チキンチキンごぼう 冬野菜のみそ汁	牛乳,鶏肉,厚揚げ,みそ	米,油,三温糖,里芋,片栗粉,ごま,ごま油	ごぼう,にんじん,だいこん,はくさい,白ねぎ,えだめ,にんにく,しょうが	654kcal	804kcal
★	12木	ごはん		筑前煮 豚バラ大根スープ	牛乳,鶏肉,厚揚げ,さつまいも,豚肉	米,油,さといも,三温糖,ごま油	ごぼう,にんじん,さやいんげん,だいこん,白ねぎ,ごんにやく,しょうが	614kcal	788kcal
	13金	くろざとう 黒砂糖パン		ホキのレモンソース おいものスープ フレンチサラダ	牛乳,ホキ,ベーコン,ささみ	黒砂糖パン,薄力粉,片栗粉,油,上白糖,さつまいも,ドレッシング	レモン果汁,にんじん,玉ねぎ,キャベツ,きゅうり,にんにく	618kcal	785kcal
	16月	コッペパン		キャベツのクリーム煮 花野菜のサラダ 豆乳プリン	牛乳,鶏肉,ベーコン	コッペパン,油,マカロニ,プリン,ドレッシング	玉ねぎ,にんじん,キャベツ,しめじ,えだめ,ブロッコリー,カリフラワー	584kcal	726kcal
★	17火	ごはん		野菜のごまみそ煮 かきたま汁 ふりかけ (さけパッパ)	牛乳,豚肉,厚揚げ,みそ,豆腐,わかめ,たまご,さけ	米,じゃがいも,油,三温糖,ごま,片栗粉	だいこん,ごぼう,にんじん,ごんにやく,えだめ,えのきたけ,ねぎ,しょうが	572kcal	731kcal
	18水	コッペパン		チキンのパーベキューソース かぼちゃポターージュ 小松菜サラダ	牛乳,鶏肉,ハム	コッペパン,三温糖,バター,ドレッシング	りんごピューレ,かぼちゃ,玉ねぎ,パセリ,ごま,つな,きゅうり,コーン,にんにく,しょうが	592kcal	750kcal
	19木	ごはん		ハヤシライス マカロニサラダ	牛乳,豚肉,ツナ	米,油,マカロニ,マヨネーズ,オリーブ油	玉ねぎ,にんじん,しめじ,トマト缶,きゅうり,コーン	628kcal	807kcal
★	20金	ごはん		しお 塩サバ 豚汁 かぼす和え	牛乳,さば,豚肉,みそ	米,さといも,油,三温糖,ごま	ごぼう,だいこん,にんじん,ごんにやく,白ねぎ,きゅうり,キャベツ,かぼす果汁	630kcal	794kcal
	23月	ミルクパン		ハンバーグトマトソース コンソメスープ コーンサラダ クリスマスセレクトデザート	牛乳,牛肉,豚肉,豆腐,ベーコン	ミルクパン,パン粉,バター,三温糖,じゃがいも,ドレッシング,デザート	玉ねぎ,にんじん,トマト缶,キャベツ,パセリ,ブロッコリー,コーン,にんにく	703kcal	859kcal
★	24火	ごはん		ちくわの磯辺あげ きゅうりの中華サラダ タンタン春雨スープ	牛乳,ちくわ,あおのり,豚肉,みそ	米,薄力粉,油,なたね油,春雨,ごま,ドレッシング	にんじん,もやし,チンゲン菜,乾しいたけ,きゅうり,キャベツ,にんにく,しょうが	636kcal	810kcal

〔注〕都合により献立を変更する場合があります。★の日はおはしを持ってきて下さい。

## 別府市学校給食センター「試食会」のお知らせ

日 時：令和6年12月9日(月) 11:45~開会  
 場 所：別府市学校給食センター  
 献 立：黒砂糖パン・牛乳・白身魚のレモンソース・おいものスープ・フレンチサラダ  
 試食費：310円/食  
 申し込み期間：令和6年11月28日(木)~12月3日(火)  
 ※11月28日(木) 10:00~ 受付開始です。  
 ※定員に達した時点で、締め切らせていただきます。  
 ※お申込みは、別府市学校給食センターまで、お電話にてお願いいたします。(0977-24-5531)

