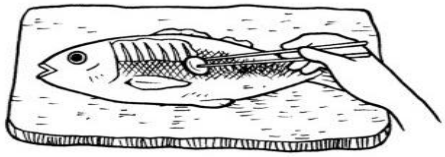
学校給食予定献立　もりつけ例（令和6年12月）

草津市学校給食センター
草津市第二学校給食センター

～今月の目標～

魚を上手に食べよう



今月の給食に入っている地場産物

草津市産

米

青花粉

青ねぎ

愛彩菜

滋賀県産

近江米ムースの一部

牛乳

パンの小麦粉

みそ

小麦粉

近江牛コロッケ

大麦

打ち豆

キャベツ

はくさい

とうふ

月	火	水	木	金
日付 献立 今日の献立 一口メモ	もうすぐ冬休み！食生活のポイント おやつは時間と量を決めて食べよう	朝・昼・夕の3食を決まった時間に食べよう 食べ過ぎないよう、ゆっくりよくかんで食べよう	早寝・早起きをして、朝ごはんを必ず食べよう 冬野菜をたっぷり食べよう	冬休みも規則正しい生活を心がけましょう。
2 はくさいとあいさいなのあえもの ぶたにくのしょうがやき ごはん　おでん 食器が正しく置けているか確認しよう。	3 ちんげんさいとツナのいためもの ホキのあおばなあげ ごはん　とうふのみそしる 【青花献立】 青花は草津市の花です。	4 キャベツのサラダ ハンバーグケチャップソースかけ むぎいりごはん　チキンカレー 食事に感謝して残さず食べよう。	5　りんごタルト ひじきのにもの あじのいそべあげ ごはん　とんじる 【かみかみ献立】 よくかんで食べよう。	6　のむヨーグルト（マスカット） もやしのごまずあえ とりのしおからあげ ごはん　よせなべふうに 冬野菜は、あまくておいしいです。
9 ほうれんそうのごまあえ やきさんま ごはん　さつまじる 【食育の日献立】 魚を上手に食べよう。	10　おうみまいムース あいさいなナムル おうみぎゅうコロッケ ごはん　ひりからとうにゅうマーボーどうふ 【市制70周年・地場産物・郷土料理献立】	11 はくさいのうめかつおあえ ぶたにくとまいたけのつけやき ごはん　ちくぜんに 【食物せんい献立】 食物せんいをとろう。	12 きりぼしだいこんのそぼろいため きびなごのカレーあげ ごはん　あつあげとじゃがいものにもの 【減塩献立】 うす味になれよう。	13　ケーキ ブロッコリーのサラダ フライドチキン げんりょうコッペパン　ふゆやさいのスープ 【クリスマス献立】クリスマスの料理を味わおう。
16 たまねぎとちくわのかきあげ ねぎしおぶたどんのぐ かけてね ごはん　だいこんとはくさいのみそしる ごはんは体を動かすエネルギー源になります。	17　のむヨーグルト にんじんとツナのいためもの さばのてりやき ごはん　ごもくじる さばのあぶらは血液をサラサラにしてくれます。	18 きゅうりのこんぶあえ さわらのしおこうじやき ごはん　とりだんごとやさいのみそに にが手な食べ物も一口は食べてみよう。	19　ゆずゼリー れんこんのきんぴら とりにくとかぼちゃのたれがらめこめこめんいりすましじる ごはん 【冬至献立】冬至は一年で最も昼が短い日です。	12月21日は、「冬至」 ゆず湯につかって病気予防

3学期の給食は、中学校は1月8日（水）
小学校は1月9日（木）から始まります。

良いお年を！