



12月 給食献立表



小国町立小国小学校

日 (曜日)	こ ん だ て 給食がある日は、牛乳が1本つきます。	あかのたべもの おもに体をつくるはたらき		みどりのたべもの おもに体の調子を整えるはたらき		きいろのたべもの おもに力のもとになるはたらき	
		1群 肉・魚・卵・豆・豆製品など	2群 牛乳・小魚・海藻など	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこなど	5群 ごはん・パン・めん・砂糖	6群 油など
1 火	心を 育む 給食 週間 ★給食の 歴史を 味わおう★	★日本初！明治22年の給食★ ごはん 鮭の塩焼き 白菜の煮びたし 大根と厚揚げの味噌汁	さげ 油揚げ 打ち豆 厚揚げ 味噌	牛乳	にんじん ほうれん草 白菜 ぶなしめじ 大根	ごはん  油 オリーブ油	
2 水		★昭和前期の給食★ コッペパン さばのごま電田揚げ せんキャベツ クリームシチュー ストロベリージャム	さば 豚こま肉 ひよこ豆	牛乳 ベシャメルルウ 生クリーム	かぼちゃ しょうが キャベツ ブロッコリー 玉ねぎ パセリ ぶなしめじ	コッペパン 白ごま かたくり粉 無塩バター ストロベリージャム 油	
3 木		★昭和後期の給食★ ごはん ポークカレー しそドレッシングサラダ あさひ まちさん 朝日町産りんご	豚もも肉	牛乳	にんじん 玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし りんご	ごはん ジャがいも 油	
4 金		★平成・令和の給食★ ごはん 松風焼き 赤大根サラダ ほうれん草の味噌汁	鶏ひき肉 卵 味噌 ロースハム 油揚げ	牛乳	ほうれん草 玉ねぎ しょうが 赤大根 赤大根 きゅうり えのきたけ	ごはん 砂糖 パン粉 白ごま	
7 月	ごはん 揚げ野菜餃子 五目春雨 鶏団子スープ	豚こま肉 鶏肉団子	牛乳	あめピーマン チンゲンサイ にんじん 野菜餃子 ぶなしめじ きのくらげ	キャベツ たけのこ 緑豆はるさめ	油 ごま油	
8 火	ごはん いわしごま味噌煮 きんぴら野菜炒め ジャがいもの味噌汁	いわしごま味噌煮 厚揚げ 味噌	牛乳	にんじん 青ピーマン ほうれん草	ごぼう 玉ねぎ たけのこ 板こんにゃく	ごはん 砂糖 ジャがいも 油 白ごま ごま油	
9 水	食パン さくっとコーンコロッケ ツナのマヨ和え えび入りミネストローネ ソファール（ブレン）	ツナ えび	牛乳 ソファール	にんじん トマト	キャベツ きゅうり マッシュルーム 玉ねぎ コーンコロッケ	食パン マカロニ 油 白ごま ノンエッグマヨネーズ	
10 木	ごはん ホキの西京焼き ほうれん草としめじのごま和え 五目野菜のうま煮汁	ホキ 西京味噌 鶏もも肉	牛乳	ほうれん草 にんじん	もやし ぶなしめじ ごぼう 干しいいたけ 板こんにゃく	ごはん 砂糖 里いも 白ごま	
11 金	ごはん あったかごろごろおでん みそ豆 夢オレンジ	ちくわ がんも 厚揚げ うすら卵 白大豆 味噌	牛乳 こんぶ	にんじん	大根 夢オレンジ 板こんにゃく	ごはん 砂糖 かたくり粉 油	
12 土	授業参観日 豚丼 もやしの味噌スープ	豚もも肉 鶏ひき肉 味噌	牛乳	にんじん	玉ねぎ しょうが 白菜 グリンピース もやし ねぎ 干しいいたけ 糸こんにゃく	ごはん 砂糖	
14 月	振 替 休 業 日						
15 火	ごはん さんまの照りかけ キャベツとハムの和風和え 白菜とひき肉の味噌汁	さんま ロースハム 豚ひき肉 打ち豆 味噌	牛乳	にんじん	しょうが キャベツ もやし ぶなしめじ ねぎ 白菜 干しいいたけ	ごはん 砂糖 かたくり粉 油	
16 水	てりやきチースバーガー 具だくさんカレースープ	ミートハンバーグ 味噌 ベーコン 白大豆	牛乳 スライスチーズ	にんじん パセリ	レタス キャベツ にんじん 玉ねぎ にんにく	パンズパン 無塩バター じゃがいも 砂糖	
17 木	小国小学校創立記念献立 赤飯 揚げ鶏のレモン漬け 冷汁 てまり麴のすまし汁	鶏もも肉 ちくわ 打ち豆 ほうたて 絹ごし豆腐	牛乳 こんぶ	ほうれん草	レモン果汁 カシゅう 大豆もやし 干しいいたけ ぶなしめじ ねぎ	赤飯 白ごま てまり麴 油 かたくり粉	
18 金	地産地消の日 たかきびごはん いわなの甘露煮 二色大根の梅かつお和え 肉じゃが汁 バナナ	いわな甘露煮 かつお節 豚こま肉 鶏ささみ肉	牛乳	にんじん さやいんげん	大根 夢オレンジ 梅干し 玉ねぎ バナナ	ごはん 砂糖 じゃがいも たかきび	
21 月	冬至献立 ごはん 厚焼玉子 小豆かぼちゃ 白菜の味噌汁 五色納豆	厚焼玉子 油揚げ 味噌 かつお節 ロースハム 納豆 小豆	牛乳 ナチュラルチーズ	かぼちゃ ほうれん草	白菜 ねぎ 	ごはん 砂糖	
22 火	油ふと豚肉のうまみぞ丼 のっぺい汁 アセロラゼリー	豚こま肉 味噌 鶏むね肉	牛乳	あめピーマン にんじん	玉ねぎ にんにく ごぼう しょうが 干しいいたけ 大根 糸こんにゃく 板こんにゃく ねぎ	ごはん 砂糖 仙台東あん麴 里いも アセロラゼリー	油
23 水	クリスマス献立 ミートソースパグティ 甘夏柑とレタスのサラダ クリスマスショコラケーキ	豚ひき肉	牛乳 パルメザンチーズ	トマト	玉ねぎ にんにく マッシュルーム セロリー グリンピース 甘夏柑 レタス	スパゲティ 無塩バター ショコラケーキ 油	
24 木	給食の調理員さんスペシャル献立 手作りえびピラフ フライドチキン ブロッコリー＆ミニトマト コーンクリームスープ	えび 鶏手羽元 ベーコン 	牛乳 ベシャメルルウ 生クリーム	にんじん ブロッコリー パセリ	とうもろこし 玉ねぎ ミニトマト グリンピース	ごはん 無塩バター かたくり粉 油	

- ◆都合により献立が変更になることがあります。また、新型コロナウイルス感染症の影響により、給食が停止になる可能性があります。
- ◆みなさんが給食で食べているごはんは、小国産の「はえぬき一等米」です。 ◆太文字は小国でとれたおいしい食材が届け予定です。
- ◆毎月19日付近は「地産地消の日」として、なるべく小国産の食べ物を使うようにしています。小国町でとれた新鮮でおいしい食べ物をよ〜く味わって食べましょう！

12 がつ いただきます～す

令和2年度12月号
小国町立小国小学校
栄養教諭 八木遥

おぐにきゅうしょく
まるごと小国給食こんだて

せいさんしゃ しょうかい
生産者のみなさん紹介

『たかきびごはん』

たかきび：渡部洋子さん

『いわなの甘露煮』

いわなの甘露煮：小玉川岩魚ランドさん

『赤大根とキャベツのおひたし』

キャベツ：斎藤ふみ子さん、渡部泰子さん

赤大根：飯沢テツさん、渡部泰子さん

にんじん：渡部泰子さん

『小国産たっぷり汁』

里いも：斎藤ふみ子さん

白菜：渡部泰子さん

大根：斎藤ふみ子さん

ねぎ：金恵利子さん

小国牛ばら肉：渡部肉店さん

がつ か おぐにきゅうしょく
11月24日まるごと小国給食

あじ
おぐにの味
おいしくいただきました

11月24日(火)は、給食に使うすべての食材
が「小国産の(小国町で作られた)食べもの」であ
る「まるごと小国給食」の日でした。



はくさい
白菜

キャベツ



あかだいこん
赤大根



おぐにぎゅう
小国牛

たかきび



ねぎ



こうようせんせい はなし
校長先生のお話



こんえりこ
金恵利子さん

いつも野菜を学校に持ってきてくださる生産組合
副組合長の金恵利子さん、小国町役場産業振興課の渡邊
恵美さんに来ていただき、3年生のみなさんに実際に育て
ているいろいろな野菜を見せながら「地産地消」や
「小国町の野菜」についてお話していただきました！

3年生のみなさん、しんけんにお話を聞けていましたね。
ピンとびた手とみごとなりアクション！さすがです★



わたなべえみ
渡邊恵美さん



「どのくらいの種類の野菜を育てています
か？」「野菜づくりで工夫していることはな
んですか？」などなど、たくさんの質問を
してくれました。堂々としていて立派です！

12月12日は漢字の日

はるか先生からの挑戦状

この漢字読めるかな！？

① 岩魚 ② 鯖 ③ 秋刀魚 ④ 鰯 ⑤ 鮭

【こたえ】①いわな ②さば ③さんま ④いわし ⑤さけ

ぜんもんせいけい ひと さかな かんじ さが
全問正解できた人は魚の漢字をもっと探してみよう★