



# 12月給食だより

2025年11月28日

旭川市立近文第一小学校

1日(月) 648kcal	2日(火) 555kcal	3日(水) 635kcal	4日(木) 564kcal	5日(金) 639kcal
<p>◆ごはん ●牛乳 ▲豚丼 ●すりみ団子汁 ★果物(グレープフルーツ)</p> <p>▲豚肉 玉葱 ごぼう 生姜 白滝 砂糖 油 ●すり身団子(魚肉) 大根 人参 鶏肉 油揚げ 長葱 ★グレープフルーツ</p>	<p>◆揚げパン ●牛乳 ▲コンソメスープ ●味付け肉団子</p> <p>◆コッペパン きな粉 砂糖 油 ▲ベーコン キャベツ 玉葱 人参 コーン パセリ バター ●鶏肉 玉葱 ラード 砂糖 にんにく 生姜 油 オイスターソース</p>	<p>◆ごはん ●牛乳 ▲米粉のポークカレー ●福神漬け ★黄桃ミックス</p> <p>▲米粉 豚肉 ジャガ芋 人参 玉葱 生姜 グリンピース 牛乳 カレー粉 カレールウ バター ●大根 なす れんこん なた豆 しそ 砂糖</p>	<p>◆米粉小コッペパン ●牛乳 ▲スパゲティナポリタン ●オムレツ ★枝豆</p> <p>▲スパゲティ 豚肉 人参 玉葱 マッシュルーム パセリ 油 チーズ ●鶏卵 砂糖 油 ★枝豆</p>	<p>◆ごはん ●牛乳 ▲煮合わせ ●にしん生姜煮 ★果物(りんご)</p> <p>▲ジャガ芋 人参 大根 ちくわ こんにゃく がんもどき さやいんげん 砂糖 ●にしん 砂糖 生姜 ★りんご</p>
8日(月) 604kcal	9日(火) 655kcal	10日(水) 623kcal	11日(木) 580kcal	12日(金) 698kcal
<p>◆ごはん(旭川産有機米) ●牛乳 ▲中華煮 ●白菜の甘酢和え ★ふりかけ</p> <p>▲うずら卵 豚肉 人参 もやし 竹の子 いか えび ピーマン 椿葉 油 ●白菜 人参 砂糖 ★胡麻 砂糖 小麦粉 あおさ のり 青のり かつお節 抹茶</p>	<p>◆小ごはん ●牛乳 ▲生姜ラーメン ●ハムカツ ★果物(バナナ) ♥アーモンド</p>	<p>◆ごはん ●牛乳 ▲すいとん汁 ●きんぴらごぼう</p>	<p>◆米粉あずきパン ●牛乳 ▲海の幸のピリ辛スープ ●ミックスポテト ★果物(オレンジ)</p>	<p>◆ごはん ●牛乳 ▲豆腐の親子卵とじ ●鯖(さば)のみぞれ煮</p>
15日(月) 671kcal	16日(火) 614kcal	17日(水) 620kcal	18日(木) 637kcal	19日(金) 596kcal
<p>◆ごはん ●牛乳 ▲えびカレー ●福神漬け ★フルーツみつ豆</p> <p>▲えび 豚肉 ジャガ芋 人参 玉葱 生姜 グリンピース 牛乳 小麦粉 マーガリン カレー粉 カレールウ バター ●大根 なす れんこん なた豆 しそ 砂糖 ★黄桃 パイン みかん 寒天 赤えんどう豆 砂糖</p>	<p>◆小ごはん ●牛乳 ▲しっぽくうどん ●真ほっけの和風フライ ★果物(バナナ)</p> <p>▲うどん 鶏肉 大根 人参 長葱 ごぼう れんこん 油揚げ 砂糖 ●真ほっけ パン粉 小麦粉 砂糖 油 ★バナナ</p>	<p>◆ごはん ●牛乳 ▲豆腐とベーコンの中華煮 ●キャベツのバターしょうゆ炒め ★果物(オレンジ)</p> <p>▲豆腐 ベーコン 人参 長葱 椿葉 枝豆 砂糖 油 米粉 ●キャベツ 人参 しめじ バター ★オレンジ</p>	<p>◆米粉セルフパン ●牛乳 ▲ほたてのミルクスープ ●スラッピージョー ★ブロッコリー ♥パックマヨネーズ</p> <p>▲ほたて ベーコン マカロニ 玉葱 人参 ジャガ芋 コーン パセリ 牛乳 バター 生クリーム ●豚肉 高野豆腐 玉葱 人参 ピーマン 油 砂糖 チーズ ★ブロッコリー ♥マヨネーズ</p>	<p>◆ごはん ●牛乳 ▲みそ肉じゃが ●チングン菜の中華和え</p> <p>▲じゃが芋 豚肉 生姜 人参 玉葱 こんにゃく グリンピース 油 砂糖 みそ ●チングン菜 もやし 人参 砂糖 胡麻 胡麻油</p>
22日(月) 649kcal	23日(火) 693kcal	24日(水) 643kcal	25日(木) 597kcal	<p>楽しい 冬休みを!</p>
<p>◆わかめごはん ●牛乳 ▲沢煮椀 ●南瓜(かぼちゃ)の天ぷら ★果物(みかん)</p> <p>◆精白米 わかめ 水あめ ▲豚肉 ごぼう 人参 竹の子 椿葉 玉葱 長葱 芋もち(ジャガ芋 砂糖) 油 ●南瓜 小麦粉 油 ★みかん</p>	<p>◆米粉コッペパン ●牛乳 ▲白菜のクリーム煮 ●照焼チキン ★ミニトマト(2個) ♥クリスマスデザート(セレクト)</p> <p>▲白菜 ジャガ芋 人参 玉葱 パセリ うずら卵 ベーコン 油 小麦粉 牛乳 マーガリン 脱脂粉乳 バター ●鶏肉 砂糖 ★ミニトマト</p>	<p>◆ごはん ●牛乳 ▲四湖豆腐 ●胡麻和え ★あさりの佃煮</p> <p>▲豆腐 竹の子 人参 椿葉 長葱 豚肉 生姜 砂糖 油 グリンピース ●もやし ほうれん草 胡麻 砂糖 ★あさり 砂糖 生姜</p>	<p>◆ごはん ●牛乳 ▲チャップスイ ●鉄腕ぎょうざ(2個) ★果物(りんご)</p> <p>▲えび 豚肉 椿葉 白菜 もやし 人参 竹の子 長葱 生姜 砂糖 油 ●キャベツ 玉葱 にら 鶏肉 ラード ひじき 油 砂糖 小麦粉 大豆粉 ★りんご</p>	
<p>&lt;お知らせ&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>8日(月)は旭川産有機米ななつぼしが初登場です。くわしくは、きゅうしょくだよりをご覧ください。</li> <li>10日(水)のすいとん汁は調理員さんがすいとんのだんごを手作りします。冬においしい汁ものです。</li> <li>18日(木)のスラッピージョーはアメリカの料理です。パンにのせて食べるとおいしいです。</li> <li>23日(火)はセレクトデザートです。 三色ゼリー・チョコレートケーキ・ロールケーキ</li> </ul>		<p>物資の都合により予告なしに献立を変更する場合があります。ご了承ください。</p> <p>のついた日はスプーンがつきます。はしの準備もお忘れなく。感染症や食中毒を防ぐには、こまめな手洗いが大切です。トイレの後、食事の前には石けんでしっかり手を洗い、清潔なハンカチで拭きましょう。</p> <p>献立名についているマーク(◆▲●★♥■)と献立に使われている食材に同じマーク(◆▲●★♥■)がついています。</p>		

<23日(火)のセレクトデザートの使用食材について>

- 三色ゼリー 砂糖 水あめ 豆乳 いちご果汁 寒天
- チョコレートケーキ 乳製品 水あめ 砂糖 鶏卵 チョコレート ココアパウダー 油脂
- ロールケーキ 乳製品 鶏卵 砂糖 小麦粉 油脂 水あめ