

家庭数

令和5年 12月分献立表



北本市教育委員会
北本市立北小学校

Table with 5 columns: 19 (火), ウインチャップライス, ウインナー, 米 米油, 玉ねぎ 人参 マッシュルーム, ケチャップ スープストック 塩 胡椒 ワイン, 牛乳, 牛乳, 片栗粉 菜種油, 生姜 玉ねぎ, 日本酒 醤油, フライドチキン, 鶏肉, じゃが芋 米油, 人参 玉ねぎ とうもろこし キャベツ, スープストック 塩 胡椒, 野菜スープ, サンタさんの三色ゼリー, 三色ゼリー, 乳糖, 小麦, 660, 23.5

今月の北本産野菜の使用予定
「人参・ねぎ・白菜・大根・キャベツ」

Table with 2 columns: 12月の平均摂取量 (651), エネルギー (650kcal), 学校給食摂取基準 (たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%)

Main menu table with columns: 日(曜), 献立, 使用する食品名 (主に体をつくる食品, 主にエネルギーのもとになる食品, 主に体の調子を整える食品, 調味料他), アレルギー表示義務7品目 (えび・かに・小麦・そば・卵・乳・落花生), エネルギー (Kcal), たんぱく質 (g)

作ってみよう★給食メニュー

鶏肉のクリーム煮 14日実施

Recipe for Chicken Cream Stew. Includes ingredients (鶏もも肉, 玉ねぎ, 人参, etc.), quantities for 4 people, and 8-step instructions. Includes a tip: '具材を焦がさないように、中火〜弱火で調理するのがポイントです。' with a chicken icon.

揚げ大根のピリ辛炒め 18日実施

Recipe for Fried Daikon with Spicy Sauce. Includes ingredients (大根, 鶏むね肉, 日本酒, etc.), quantities for 4 people, and 5-step instructions. Includes a tip: '大根が主役になる料理です。辛さは豆板醤の量で調節してください。' with a daikon icon.

○印は、箸を持ってくる日です。 都合により食材や献立を変更することがありますので、ご了承ください。 アレルギー表示義務7品目(えび・かに・小麦・そば・卵・落花生)について記載してありますが、同一ラインで製造している商品についてのアレルギー表示は記載してありません。 献立担当 北本市学校栄養士会