



学校給食献立予定表

令和3年12月

今月は
冬の食材を使った
体が温まる献立です。

廿日市市立廿日市学校給食センター

日・曜	こんだてめい	はつかいち しないさん 廿日市市内産 しょう やてい 使用予定	おもなざいりょう			エネルギー (キロカロリー)	脂質 (グラム)
			黄(き) おもに熱や力のもとになる	赤(あか) おもに体をつくる	緑(みどり) おもに体の調子を整える		
						きじゅんち 基準値 (小) 659 (中) 830	きじゅんち 基準値 (小) 18.3 (中) 23.1
1・水	きざみこんぶごはん 牛乳 ししゃものからあげ こんさいのごまじる		ごはん さとう あぶら でんぷん さといも しろごま ごまあぶら	牛乳 とりにく あぶらあげ こんぶ ししゃも みそ	にんじん ごぼう だいこん こんにやく ねぎ	(小) 591 (中) 763	19.8 25.8
2・木	コッペパン 牛乳 クリームシチュー ブロッコリーのサラダ		パン じゃがいも バター こむぎこ べにばなあぶら さとう	牛乳 とりにく しろいんげんまめのペースト こなチーズ まぐろのみずに	にんじん たまねぎ さやいんげん マッシュルーム にんにく ブロッコリー キャベツ コーン	580 769	19.6 25.9
3・金	ごはん 牛乳 ごもくめ ほうれんそうともやしのおひたし		ごはん じゃがいも さとう あぶら	牛乳 だいず なまあげ こんぶ わかめ かつおぶし	にんじん こんにやく ごぼう ほうれんそう もやし	572 745	13.2 17.2
6・月	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ばんさんすう		ごはん さとう でんぷん はるさめ べにばなあぶら	牛乳 とうふ ぶたにく みそ ロースハム	たまねぎ ★にんじん ねぎ にんにく しょうが なましいたけ こまつな コーン	645 836	18.7 24.4
7・火	ごはん 牛乳 ちくわのいそべあげ だいこんなます びしゅなべ (東広島市)		ごはん こむぎこ でんぷん あぶら さとう	牛乳 ちくわ あおのり とりにく ぶたにく	だいこん にんじん はくさい たまねぎ もやし しらたき しめじ しろねぎ しゅんぎく	613 782	14.9 19.4
8・水	ごはん 牛乳 はっすん (広島県西部) キャベツのごまあえ みかん		ごはん さといも ねりごま しろごま さとう	牛乳 とりにく わかめ	にんじん ごぼう こんにやく だいこん ほししいたけ キャベツ コーン みかん	601 779	12.4 16.2
9・木	コッペパン 牛乳 たらのパンこやき こふきいも はくさいのとうにゅうスープ		パン オリーブあぶら パンこ あぶら じゃがいも でんぷん	牛乳 たら ペーコン とうにゅう	にんにく パセリ にんじん はくさい たまねぎ チンゲンサイ	592 776	23.8 31.3
10・金	ごはん 牛乳 だいこんとじゃがいものそばろに こまつなとしめじのおかかあえ		ごはん じゃがいも さとう	牛乳 とりにく さつまあげ かつおぶし	だいこん たまねぎ にんじん さやいんげん しらたき こまつな しめじ もやし	569 740	12.8 16.8
13・月	ごはん 牛乳 ほっけのしおやき だいこんおろし とんじる		ごはん あぶら さつまいも	牛乳 ほっけ ぶたにく なまあげ みそ	だいこん にんじん ごぼう こんにやく ねぎ	602 792	14.3 18.9
14・火	ミニパインパン 牛乳 ごまタンメン ひじきとこまつなマリネ		パン ちゅうかめん さとう ねりごま いりごま べにばなあぶら	牛乳 ぶたにく みそ ひじき まぐろのみずに	(パイン) にんじん もやし コーン しろねぎ チンゲンサイ にんにく しょうが こまつな	657 909	20.1 27.1
15・水	ごはん 牛乳 こおりどうふとうずらたまごのにも ほうれんそうとちくわのしらすあえ		ごはん あぶら さとう	牛乳 こおりどうふ とりにく うずらたまご わかめ ちくわ しらすぼし	にんじん たまねぎ ごぼう ほししいたけ さやいんげん ほうれんそう キャベツ	611 791	17.1 22.2
16・木	ツイストパン 牛乳 フライドチキン グリーンポテト ジュリエヌスープ おたのしみデザート		パン(さとう パター) でんぷん オリーブあぶら あぶら じゃがいも みずあめ さとう あぶら	牛乳 とりにく ペーコン とうにゅう だいずこ	にんにく しょうが パセリ キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ いちご	765 977	31.8 39.4
17・金	ごはん 牛乳 だいずいりいそに もやしとかまぼこのごまずあえ		ごはん じゃがいも あぶら さとう しろごま	牛乳 だいず ぶたにく ひじき かまぼこ わかめ	こんにやく にんじん たまねぎ ごぼう もやし	602 777	14.0 18.2
20・月	ごはん 牛乳 ユーリンチー ゆでキャベツ はるさめスープ		ごはん でんぷん あぶら じゃがいも さとう はるさめ	牛乳 とりにく	しろねぎ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ チンゲンサイ	621 805	13.9 18.1
21・火	ふゆやさいのこめカレーライス 牛乳 きんときまめのマリネ		ごはん さつまいも はちみつ こめこ あぶら さとう べにばなあぶら	牛乳 とりにく きんときまめ まぐろのみずに	たまねぎ にんじん ごぼう だいこん さやいんげん セロリ にんにく しょうが キャベツ コーン	644 840	12.5 16.1
22・水	ごはん 牛乳 さばのゆずかやき はくさいのこんぶあえ かぼちゃのだんごじる		ごはん あぶら さとう でんぷん しらたまもち	牛乳 さば こんぶ みそ しろみそ	ゆず はくさい かぼちゃ たまねぎ れんこん ねぎ えのきたけ	649 861	16.3 22.7

※ () はパン・ごはんに入っている材料, [] は1食用小袋使用, _____ は冷凍食品および加工食品とその材料, ~~~~~ は料理力の献立です。
※ 詳しい材料が載った「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は担任の先生までお申し出ください。
※ エネルギーと脂質の基準値及び摂取量を表示しています。食生活の参考にしてください。
※ 都合により献立や食材材料を変更することがありますのでご了承ください。
※ 近年、食品の多様化により、アレルギーの原因となる食べ物も多くなっています。毎月の予定献立表をご確認頂き、食べたことのない食べ物が出てくる場合は、念のため家で食べさせておくなど、ご配慮をお願いいたします。

平成 28 年 3 月に、大竹市・廿日市市の学校栄養職員部会でレシピ集『中学校までにつけてほしい「料理力」！～楽しく、おいしく♪ホップ、ステップ、ジャンプ！～』を作成しました。これは、小学生・中学生のみなさんに、ぜひ自分で作れるようになってほしい料理を一冊にまとめたものです。今年度は、毎月、このレシピ集の中から、昔から伝わる和食料理の「おひたし」ともう一品を給食に取り入れています。ぜひ、ご家庭でも作ってみてくださいね。今月は「クリームシチュー」です。

「クリームシチュー」 《材料は4人分 () 内は切り方》

とり肉(一口大) …………… 200g	水 …………… 520ml
塩 …………… 小さじ1/3	コンソメ …………… 適量
こしょう …………… 少々	塩 …………… 小さじ1/2
油 …………… 大さじ2/3	
たまねぎ(くし形切り) …… 中1/2個	◎ルウ
にんじん(乱切り) …………… 中1/2本	牛乳 …………… 400ml
じゃがいも(角切り) …………… 中2個	バター …… 大さじ 3
グリーンピース …………… 適量	小麦粉 …… 大さじ 4

《作り方》

- ①とり肉に塩・こしょうをふる。
- ②鍋に油を熱し、とり肉を強火で炒める。
- ③じゃがいも、にんじん、たまねぎを入れてさっと炒める。
- ④水とコンソメを加えて煮る。
- ⑤沸騰したら弱火にして10分くらい煮込む。
- ⑥フライパンにバターを熱し、小麦粉を振り入れ、弱火でなめらかな感じになるまで炒める。火を止

めて粗熱を取り、ルウに少しずつ牛乳を加えて伸ばす。

- ⑦⑥を鍋に入れて5分くらい煮込む。ときどきかき混ぜ、塩で味を調える。
- ⑧深めの器に盛り、ゆでたグリーンピースを散らす。

令和2年度 学校給食会計決算報告

廿日市市立廿日市学校給食センター

学校給食会計決算を次のとおり報告します。

◎給食1食当たり徴収額

・小学校 260 円 ・中学校 315 円

◎収支決算書

収入の部		(単位：円)		
科 目	調 定 額	納入済額	納入未済額	
給 食 費	322,179,283	321,982,872	196,411	
令和元年度繰越金	3,767,351	3,767,351	0	
過年度滞納繰越分	0	0	0	
消 費 税 還 付 金	0	0	0	
保存用等給食材料費	74,260	74,260	0	
合 計	326,020,894	325,824,483	196,411	

支出の部

(単位：円)

科 目	支出 済 額	支出未済額
給 食 材 料 費	322,970,492	0
消費税確定申告	115,100	0
合 計	323,085,592	0

収入の部 325,824,483

－支出の部 323,085,592

2,738,891

令和2年度は、給食費等納入済額 325,824,483 円に対し、支出済額 323,085,592 円で、翌年度への繰越額は 2,738,891 円となりました。給食費納入未済額 196,411 円は、過年度滞納繰越分となりました。

令和2年度 一般会計学校給食費について

(単位：円)

支 出 済 額	231,628,979
---------	-------------

給食にかかる経費のうち、材料費は保護者の負担ですが、光熱水費、修繕費その他は市費負担です。1食当たりの市費負担(人件費を除く)は、次のとおりとなっています。

231,628,979 円 (市支出額) ÷ 1,203,186 食 (給食実施食数) = 192 円 51 銭