



* こんだてひょう *



◎楽しく会食しよう!

- ・楽しい食卓づくりをしよう。
- ・食事と心のつながりを知ろう。

日	曜日	朝 食	給 食	夕 食
1	金	麦ごはん・みそ汁 大根のべっこう煮・梅干し	ごはん・牛乳・ぶりの照り焼き 白菜のごま和え・里芋のみそ汁・型抜きチーズ	
3	日			ごはん・回鍋肉・餃子 中華スープ・キウイ
4	月	麦ごはん・みそ汁 厚焼き卵(付)・しば漬け	ごはん・牛乳・肉じゃが ピーマンのオイスター炒め物・じゃこ団子汁 みかん	ごはん・塩だれチキン 高野豆腐のまろやか煮・そうめん汁 バナナ
5	火	麦ごはん・みそ汁 ごぼう天ソテー・ふりかけ	麦ごはん・牛乳・あじのカレーフライ 大豆ひじき煮・キャベツのみそ汁・りんご	ごはん・豚肉の生姜焼き にんにくの芽の炒め物・とり団子汁 オレンジ
6	水	麦ごはん・みそ汁 肉みそ・かまぼこ(付)	親子うどん・牛乳・酢の物 にんじん蒸しパン	ごはん・鮭と野菜のマヨソース ヤングコーンソテー・コンソメスープ 黄桃缶
7	木	麦ごはん・みそ汁 炒りこんにやく・ふりかけ	ごはん・牛乳・とり肉のみぞれ煮 きんぴらごぼう・すまし汁・オレンジ	ごはん・焼肉・いんげんのマヨ和え みそ汁・キウイ
8	金	麦ごはん・みそ汁 厚揚げそぼろ煮・のり佃煮	☆全国郷土料理デー(北海道)☆ おかかおにぎり・牛乳・石狩鍋 いももち・夕張メロンゼリー	
10	日			ごはん・かき揚げ・白菜サラダ すまし汁・バナナ
11	月	麦ごはん・みそ汁 納豆・ウインナーソテー	麦ごはん・牛乳・ぶりの唐揚げ ゆかり和え・さつまいものみそ汁・みかん	ごはん・えのきとねぎの豚照り巻き キャベツのじゃこ炒め・春雨汁・りんご
12	火	麦ごはん・みそ汁 塩さけ(付)・ふりかけ	麦ごはん・牛乳・とり肉のマヨネーズ焼き 干し大根煮・なめこ汁・パイン缶	ごはん・手羽と豆腐の揚げ出し ほうれん草と卵の炒め物・白玉汁 キウイ
13	水	麦ごはん・みそ汁・味付のり ちくわと野菜の炒め物	胚芽パン・牛乳・根菜クリームシチュー アスパラサラダ・オレンジ	ごはん・さばのごま煮 れんこんひじきサラダ・とろろスープ オレンジ
14	木	麦ごはん・みそ汁 ごぼうのうま煮・たくあん	ごはん・牛乳・豚肉のゆずみそ焼き(付) 卵の花炒り・すまし汁・りんご	ごはん・豚肉の甘辛ケチャップ焼き 絹さやソテー・ポテトスープ・パイン缶
15	金	麦ごはん・みそ汁 湯豆腐・高菜ソテー	☆クリスマス給食☆ チキンライス・牛乳・かぼちゃのクノーデル 一口サラダ・冬野菜スープ・カップケーキ	
17	日			ごはん・白身魚のみそマヨ焼き 根菜の煮物・すまし汁・キウイ
18	月	麦ごはん・みそ汁・味付のり 里芋とベーコンの炒め物	大根ごはん・牛乳・野菜かき揚げ 豚汁・りんご	ハヤシライス キャベツとみかんのサラダ・プリン
19	火	麦ごはん・みそ汁 鉄火みそ・かまぼこ(付)	☆食育の日☆ スティックおにぎり・牛乳・ウインナーソテー しょうがスープ・バナナきなこヨーグルト	ごはん・鯖のコチュジャン焼き(付) 青梗菜の炒め物・白菜スープ・オレンジ
20	水	麦ごはん・みそ汁 もやしの豚みそ炒め・梅干し	麦ごはん・ふりかけ・牛乳・えびシューマイ いんげんおかか和え・かきたま汁・黄桃缶	ロールパンサンド・フライドチキン(付) クリスマスポテトサラダ・きのこスープ
21	木	麦ごはん・みそ汁 炒り豆腐・のり佃煮	ごはん・牛乳・鱈の野菜あんかけ れんこんきんぴら・かぼちゃのみそ汁 みかん	ごはん・おろしハンバーグ 里芋のみそ煮・すまし汁・りんご
22	金	麦ごはん・みそ汁 キャベツのツナ炒め・梅干し	☆☆終業式☆☆	