

# ☆12月分 給食献立

月

火

水

木

金

12月23日（月）は、図書コラボ給食です



「アナザー修学旅行」にちなんだメニューが出ます。今回はいろんな事情で修学旅行に行けなかった、クラスもばらばらの男女7人が一つの教室に集められて、修学旅行中の3日間を一緒に過ごすことになったお話です。本の中ではファミレスで若鶏の竜田揚げを食べるシーンがあります。読んでから食べる？食べてから読む？



2	3	4	5	6
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・いわしのみそ煮</li> <li>・野菜のしょうがあえ</li> <li>・さつま汁</li> </ul> <p>熱 809kcal た 29.9g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・鶏のごまねぎ焼き</li> <li>・ごぼうの甘辛炒め</li> <li>・にらたまスープ</li> </ul> <p>熱 800kcal た 37.7g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・豚にんにくみそ焼き</li> <li>・ひじきの煮物</li> <li>・すまし汁</li> </ul> <p>熱 829kcal た 33.3g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・三色ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・豚肉とキャベツの甘みそ炒め</li> <li>・もやしとわかめのみそ汁</li> </ul> <p>熱 806kcal た 34.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・鱈のマヨネーズ焼き</li> <li>・青菜とお揚げのおひたし</li> <li>・豆腐のみそ汁</li> </ul> <p>熱 750kcal た 31.8g</p>
9	10	11	12	13
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・鶏の塩麴焼き</li> <li>・メンマ炒め</li> <li>・白玉汁</li> </ul> <p>熱 792kcal た 35.9g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・きのことツナの混ぜご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・マカロニサラダ</li> <li>・根菜汁</li> </ul> <p>熱 788kcal た 26.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・しょうゆラーメン</li> <li>・牛乳</li> <li>・揚げ餃子</li> <li>・白菜ととんぶりのサラダ</li> </ul> <p>熱 828kcal た 36.5g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・みそそばろ井</li> <li>・牛乳</li> <li>・ツナサラダ</li> <li>・たまごとせりのスープ</li> </ul> <p>熱 871kcal た 35.1g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・鶏のチーズ風味焼き</li> <li>・野菜のごまあえ</li> <li>・水菜のスープ</li> </ul> <p>熱 799kcal た 33.5g</p>
16	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・ちくわのマヨネーズ焼き</li> <li>・きんぴらごぼう</li> <li>・じゃがいものみそ汁</li> </ul> <p>熱 819kcal た 21.3g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・小籠包</li> <li>・春雨の中華炒め</li> <li>・中華風コーンスープ</li> </ul> <p>熱 810kcal た 24.9g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・キーマカレー</li> <li>・牛乳</li> <li>・大根のおかかサラダ</li> <li>・チーズ</li> </ul> <p>熱 957kcal た 33.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・さばフライ(パックソース付き)</li> <li>・煮じゃ昆布</li> <li>・玉ねぎのみそ汁</li> </ul> <p>熱 878kcal た 39.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブロッコリーとかぶのパスタ</li> <li>・牛乳</li> <li>・豚にら炒め</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul> <p>熱 783kcal た 36.2g</p>
23	24	25	<p>今月の地場産食材</p> <p>きゃべつ こまつな ほうれん草 ねぎ はくさい だいこん せり 切干大根 たけのこ水煮 かぼちゃ缶詰</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・鶏の竜田揚げ</li> <li>・切干大根のうま煮</li> <li>・えのきのみそ汁</li> </ul> <p>熱 784kcal た 29.2g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・五目チャーハン</li> <li>・ジョア(ブルーベリー)</li> <li>・春雨サラダ</li> <li>・わかめスープ(牛乳はつきません)</li> </ul> <p>熱 757kcal た 27.1g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・青菜ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・フライドチキン</li> <li>・きくらげサラダ</li> <li>・たまごスープ</li> <li>・クリスマスデザート</li> </ul> <p>熱 853kcal た 41.3g</p>		

図書コラボ給食

