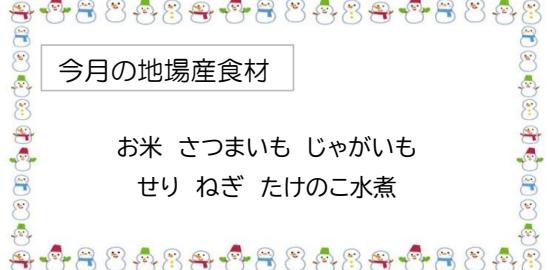


☆12月分 給食献立



月	火	水	木	金
<p>★給食当番は身支度をお願いします★</p>				
				 <p>今月の地場産食材</p> <p>お米 さつまいも ジャガイモ セリ ネギ たけのこ水煮</p>
1	2	3	4	5
・ご飯 ・牛乳 ・鶏のごまねぎ焼き ・野菜のしょうがあえ ・さつま汁 热 809kcal た 29.9g	・ご飯 ・牛乳 ・小籠包 ・春雨のピリ辛炒め ・中華風コーンスープ 热 810kcal た 24.9g	・坦々うどん ・牛乳 ・豆苗とちくわのサラダ ・にんじんとチーズの蒸しパン 热 829kcal た 33.3g	・ご飯 ・牛乳 ・秋田県産鮭フライ ・野菜のおひたし ・すいとん汁 热 806kcal た 34.8g	・カレークリームパスタ ・牛乳 ・ブロッコリーのペペロンチーノ ・シュガーパイ 热 750kcal た 31.8g
8	9	10	11	12
・ご飯 ・牛乳 ・あじフライ ・メンマ炒め ・水菜のスープ 热 792kcal た 35.9g	・ご飯 ・牛乳 ・鶏のマヨカレー焼き ・野菜のごまあえ ・白玉汁 热 788kcal た 26.0g	・甘辛丼 ・牛乳 ・チョレギサラダ ・ワンタンスープ 热 828kcal た 36.5g	・ご飯 ・牛乳 ・たらのミートソース焼き ・きんぴらごぼう ・豆腐のみぞ汁 热 871kcal た 35.1g	・ご飯 ・牛乳 ・アドボ ・野菜のツナあえ ・白菜のスープ 热 799kcal た 33.5g
15	16	17	18	19
・ご飯 ・牛乳 ・鶏の竜田揚げ ・ひじきのウインナー炒め ・しめじのみぞ汁 热 819kcal た 21.3g	・カレーピラフ ・牛乳 ・豚肉ときやべつの甘みそ炒め ・たまごスープ 热 810kcal た 24.9g	・ご飯 ・牛乳 ・しゅうまい ・きくらげサラダ ・麻婆豆腐 热 957kcal た 33.0g	・みそそぼろ丼 ・牛乳 ・野菜の昆布あえ ・にらのスープ 热 878kcal た 39.0g	・ブロッコリーとかぶのパスタ ・牛乳 ・コールスローサラダ ・マーラーカオ 热 783kcal た 36.2g
22	23	24	25	
・ご飯 ・牛乳 ・鶏の塩麹焼き ・切干大根のうま煮 ・わかめのみぞ汁 热 784kcal た 29.2g	・わかめご飯 ・牛乳 ・フライドチキン ・ツナサラダ ・生姜のスープ 热 757kcal た 27.1g	・チキンライス ・牛乳 ・野菜のごママヨあえ ・豆苗のスープ 热 868kcal た 39.7g	・豆トマトカレー ・ジョア(マスカット) ・ささみのナムル ・クリスマスデザート 热 868kcal た 39.8g	