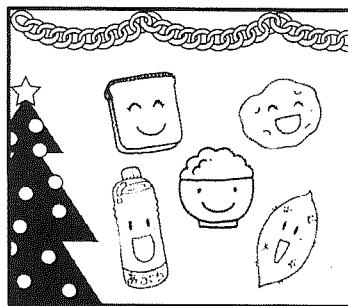
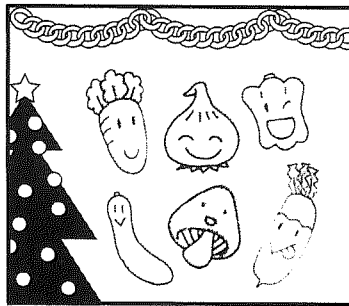
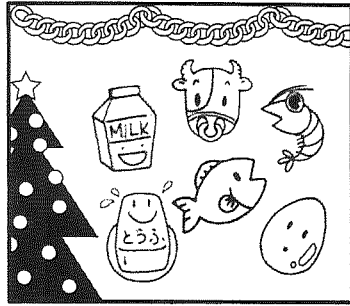


2024 ねん 12がつの
えいようしどうひょう



(教室用)
淡路市立給食センター

日 (曜)	こんだて名	血や肉になるもの (あか)	体の調子をととのえるもの (みどり)	熱や力になるもの (き)
②月	鶏肉のさっぱり煮 さつまいもサラダ (小袋かんきつドレッシング) たまねぎのスープ	鶏肉 スープベース コンソメ	しょうが にんじん きゅうり たまねぎ レタス セロリー	三温糖 でんぶん さつまいも 小袋かんきつドレッシング
3火	ルーロー飯 ほうれんそうの中華和え	豚肉 うずら 卵水煮	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ水煮 チンゲンサイ ほうれんそう もやし にんじん	米ぬか油 上白糖 でんぶん ごま油
4水	魚(さわら)の塩こうじ焼き 小松菜のおかか和え かす汁	さわら かつお節 豚肉 油揚げ みそ 出し昆布 削り節	こまつな だいこん にんじん ごぼう 葉ねぎ	塩こうじ 上白糖 米ぬか油 里芋 酒かす
5木	ユーリンチー ブロッコリーのぽん酢和え えび団子スープ	鶏肉 えびすり身 団子 塩蔵わかめ スープベース	にんにく ブロッコリー はくさい チンゲンサイ にんじん	でんぶん 米ぬか油 上白糖
6金	豚肉のみそ炒め すいとん みかん	豚肉 みそ 鶏肉 出し昆布 削り節	キャベツ にんじん もやし 根深ねぎ エリンギ しょうが だいこん ぶなしめじ 葉ねぎ 温州みかん	米ぬか油 上白糖 ごま油 すいとん
⑨月	ポークチャップ キャベツとコーンの和え物 コンソメスープ	豚肉 ベーコン スープベース	たまねぎ 枝豆 キャベツ ホールコーン にんじん セロリー	米ぬか油 三温糖 でんぶん
10火	淡路ビーフの焼肉 おひたし だいこんのみそ汁 (NEW)	淡路ビーフ 油揚げ みそ 煮干し	にんにく こまつな もやし だいこん キャベツ にんじん 葉ねぎ	米ぬか油 三温糖 いりごま 上白糖
⑪水	鶏肉の香草焼き カリフラワーのカレー味 レタスの卵スープ	鶏肉 鶏卵 スープベース	バジルペースト カリフラワー たまねぎ にんじん レタス セロリー	でんぶん
12木	魚(かます)のから揚げ ひじきの煮物 もずくのすまし汁	かます 乾しひじき 乾燥もずく さつま揚げ 削り節 木綿豆腐	にんじん 枝豆 えのきたけ	でんぶん 米ぬか油 三温糖
13金	みそおでん チンゲンサイのいろどりあえ	鶏肉 ごぼう 団子 焼き竹輪 削り節 みそ ポークハム	にんじん だいこん こんにゃく キャベツ チンゲンサイ ホールコーン	じゃがいも 三温糖 上白糖
⑬月	焼きそば こんにゃくサラダ	豚肉 あおのり 鶏肉	キャベツ もやし たまねぎ にんじん にら 葉ねぎ サラダこんにゃく きゅうり	焼きそばめん 米ぬか油 上白糖 ごま油
17火	淡路ミンチカツ カラフルピーマン (NEW) 鶏団子スープ	淡路牛ミンチカツ まぐろ油漬 鶏つくね 塩蔵わかめ スープベース	ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン はくさい チンゲンサイ	米ぬか油 ごま油 いりごま
18水	親子丼 ほうれんそうの和え物	鶏肉 鶏卵 削り節	たまねぎ にんじん 乾しいたけ 根深ねぎ ほうれんそう キャベツ ぶなしめじ	米ぬか油 おつゆふ 三温糖 上白糖
19木	カレーライス 海と畑のサラダ	豚肉 まぐろ油漬 乾しひじき	にんじん たまねぎ マッシュルーム りんご キャベツ きゅうり ホールコーン	米ぬか油 じゃがいも カレーフレーク ココナッツミルク 上白糖
20金	焼き魚(さけ) 白菜のゆず香和え ほうとう	さけ 鶏肉 だし昆布 削り節 みそ	はくさい ゆず果汁 にんじん だいこん 生しいたけ ぶなしめじ かぼちゃ 葉ねぎ	上白糖 ほうとう
⑳月	フライドチキン ブロッコリー 豆乳のクリームスープ クリスマスケーキ(チョコ)	鶏肉 ポークハム 豆乳 スープベース コンソメ	にんにく ブロッコリー たまねぎ にんじん こまつな マッシュルーム	でんぶん 米ぬか油 クリスマスケーキ(チョコ)

※〇印は、パン給食の日となっています。
※おはしは毎日きれいに洗って持ってきてましょう。
※材料等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。