

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

# 令和3年 12月 献立表

## 献立のテーマ「風邪に負けない食事をしよう」 高津学校給食センター

		<p><b>1</b></p> <p>中華サラダ 鶏肉の白ねぎソース かけ</p> <p>麦ご飯 ●キムチと卵のスープ</p> <p>牛乳</p>	<p><b>2</b></p> <p>お豆とポテトのチーズ煮 さごしのみそマヨネーズ 焼き</p> <p>ご飯 ABCスープ</p> <p>牛乳</p>	<p><b>3</b></p> <p>和風サラダ 高菜と肉のそばろご飯の具</p> <p>ご飯 冬野菜のみそ汁</p> <p>牛乳</p>
<p><b>6</b></p> <p>切干大根のナムル 揚げ餃子 (小2個、中3個)</p> <p>ご飯 厚揚げの中華スープ</p> <p>牛乳</p>	<p>保小中連携献立</p> <p><b>7</b></p> <p>ほうれん草の白和え あじのピリ辛焼き</p> <p>麦ご飯 吉野汁</p> <p>牛乳</p>	<p><b>8</b></p> <p>納豆和え ●五目玉子焼き</p> <p>麦ご飯 ごま豆乳鍋</p> <p>牛乳</p>	<p>中西中 リクエスト献立</p> <p><b>9</b></p> <p>ヨーグルト和え 野菜ソテー</p> <p>ご飯 チキンカレー</p> <p>牛乳</p>	<p>保小中連携献立</p> <p><b>10</b></p> <p>塩昆布和え ホキのゆずソースかけ</p> <p>ご飯 大根と油揚げの味噌汁</p> <p>牛乳</p>
<p><b>13</b></p> <p>ゆかり和え きびなごのから揚げ</p> <p>ご飯 牛丼の具</p> <p>牛乳</p>	<p><b>14</b></p> <p>りっちゃんの元気サラダ ポークチャップ</p> <p>麦ご飯 野菜スープ</p> <p>牛乳</p>	<p><b>15</b></p> <p>ごま酢和え いわしの梅煮</p> <p>麦ご飯 ●おでん</p> <p>牛乳</p>	<p>世界の味めぐり献立～ベトナム～</p> <p><b>16</b></p> <p>えびのサラダ 春巻 (小1個、中2個)</p> <p>ご飯 フォーのスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>益田・鹿足・益田養護学校共通献立</p> <p><b>17</b></p> <p>アーモンド和え サバのムニエル ゆず風味</p> <p>ご飯 白菜ときのこのスープ</p> <p>牛乳</p>
<p><b>20</b></p> <p>ツナサラダ チャプチェ</p> <p>ご飯 青菜と豆腐のスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>益田の食育の日</p> <p><b>21</b></p> <p>海藻サラダ 平つくねのソースかけ</p> <p>麦ご飯 クリームシチュー</p> <p>牛乳</p>	<p>冬至献立</p> <p><b>22</b></p> <p>●千草和え 鮭の柚庵焼き</p> <p>麦ご飯 冬至のみそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>おたのしみ献立</p> <p><b>23</b></p> <p>カラフルサラダ フライドチキン</p> <p>ピラフ ●かぶのスープ</p> <p>牛乳</p>	<p><b>24</b></p> <p>ひじきのサラダ ハマチのみりん焼き</p> <p>ご飯 沢煮椀</p> <p>牛乳</p>
<p>副菜皿 主菜皿</p> <p>ご飯食器 汁食器</p>	<p>副菜皿 主菜皿</p> <p>カレー皿 汁食器</p>			