

令和3年

12月 きゅうしよくだより



香美町立村岡学校給食センター

TEL 99-5050

※都合により献立を変更する場合があります

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
<p>食事から栄養をしっかりとって、寒さに負けない体をつくりましょう！</p>				
		<p>1 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 ほうれん草のグラタン イタリアン豆サラダ マセドアンスープ</p>	<p>2 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 ぶた肉と糸こんにのしぐれ煮 大根のナムル のっぺい汁</p>	<p>3 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 アジの南蛮漬け ツナサラダ ふゆやさい冬野菜のみそ汁</p>
<p>6 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 ヤンニョムチキン キャベツの塩昆布あえ わかめスープ</p>	<p>7 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 焼きガレイ ゆばサラダ ようふう洋風おでん</p> <p>かみちようぎよしよくふきゅうじぎょう 《香美町魚食普及事業》</p>	<p>8 カラフルピラフ ぎゅうにゅう牛乳 もみの木ハンバーグ ブロッコリーサラダ ミネストローネ クリスマスケーキ</p> <p>クリスマス献立</p>	<p>9 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 ホキのチリソース 白菜の黒ごまあえ なめこと豆腐のみそ汁</p>	<p>10 ポークハヤシライス ぎゅうにゅう牛乳 ゆでたまご ひじきのサラダ</p>
<p>13 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 ささみ梅しそメンチカツ すのもの酢の物 ちゃんこ汁</p>	<p>14 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 マーボー大根 きわわかめのきんぴら や焼きいも(安納芋)</p> <p>★カミカミ</p>	<p>15 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 キスの変わり揚げ だいず大豆のゆかりサラダ とんじる豚汁</p> <p>魚(とど)の日 かみちようぎよしよくふきゅうじぎょう 《香美町魚食普及事業》</p>	<p>16 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 とりにく鶏肉のネギみそ焼き パンサンサー あぶらあ油揚げのすまし汁</p>	<p>17 ビビンバ(麦ごはん) ぎゅうにゅう牛乳 ぎょうざ餃子(ネギ酢醤油) キムチスープ こめこ米粉みかんタルト</p> <p>むらおかちゅうがっこう 村岡中学校リクエスト</p>
<p>20 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 キャベツの玉子焼き ほそぎこんぶいたに細切り昆布の炒め煮 いしかりじる石狩汁</p>	<p>21 クロワッサン ぎゅうにゅう牛乳 チキンチキンごぼう ジャーマンポテト かきたま汁 りんごゼリー</p> <p>★カミカミ みかた校リクエスト</p>	<p>22 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 かぼちゃのチーズ焼き かんてん寒天ゆずサラダ カレーうどん汁</p> <p>とうじこんだて 冬至献立</p>	<p>23 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 にく肉だんごの酢豚風 きりぼしだいこん切干大根のおひたし ライスパスタスープ</p>	<p>24 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 ハムカツ や焼きじゃがサラダ だいこん大根のみそ汁</p>

★カミカミのついた日は、よくかんで食べましょう。★ジオンくんのついた日は、香美町産の魚を使っている日です。



《こんだてより》

7日、15日—魚食普及事業で今月も2回、魚をいただきます。

8日—ちょっと早いクリスマスこんだて☆

14日—焼きいも 村岡産安納芋を味わってください。

17日—村岡中学校リクエストこんだて「それゆけ!スタミナたまるくん」

21日—みかた校リクエストこんだて「高3の好きなもの集めました」

冬に美味しい野菜を食べよう

