

令和2年

12月

給食指し

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>ちよっと、さむいけど 給食のときにも、 空気を入れ替えよう</p>	<p>1 里いもごはん 牛乳 さばのみりん干し 青菜とコーンのあえもの 豆腐とわかめのみそ汁</p>	<p>2 ごはん 牛乳 手作りチーズコロッケ 野菜サラダ けんちん汁</p>	<p>3 オムライス (チキンライス、薄焼き卵) 1食ケチャップ 牛乳 スパゲティーサラダ コンソメスープ</p>	<p>4 ごはん 牛乳 とりのきのこソースかけ ツナレンコンサラダ さつま芋豆乳シチュー</p>
<p>7 ごはん 牛乳 焼きがれい きんぴらごぼう どさんこ汁(みそ味)</p>	<p>8 青菜むぎごはん 牛乳 じゃぶ 春菊とキャベツのおかかあえ いもかりんとう</p>	<p>9 チキンカツカレー (むぎごはん、肉なしカレー ささみフライ) 牛乳 キャベツのレモンあえ 福神漬</p>	<p>10 ごはん 牛乳 マダイの柚子やき 野菜のゆかりあえ 豚汁 みかん ＜県水産物提供事業＞</p>	<p>11 ★カミカミ ごはん 牛乳 ごぼうのごま天ぷら 海そうと竹輪のサラダ 高野の卵とし</p>
<p>14 ごはん 牛乳 ツバスのネギソースかけ 大根コンブサラダ 白菜のミルクスープ</p>	<p>15 ごはん 牛乳 マーボ大根 野菜の塩昆布あえ 焼きいも 味つけのり(ノドグロ味)</p>	<p>16 ごはん 牛乳 県産和牛のしぐれ煮 五目なます 油揚げのすまし汁 みかん ＜県産牛肉提供事業＞</p>	<p>17 しそむぎごはん 牛乳 ハタハタのから揚げ おから 香る美そ汁 魚(とと)の日 ＜香美町魚食普及事業＞</p>	<p>18 ごはん 牛乳 花シューマイ 沢庵ときゅうりのごまあえ ポトフ</p>
<p>21 ごはん 牛乳 カボチャのチーズ焼き 枝豆大根サラダ ジャコボールのすまし汁 冬至献立</p>	<p>22 但馬牛ガーリックライス 牛乳 星のハンバーグ 冬野菜サラダ ABCスープ クリスマスデザート クリスマス献立</p>	<p>23 ★カミカミ ごはん 牛乳 チキンチキンごぼう 油揚げと青菜のおひたし 中華コーンたまごスープ</p>	<p>24 ごはん 牛乳 ハムカツ じゃが芋とピーマンの炒め物 ビーフンスープ やさいふりかけ</p>	

★ジオンくんのついた日は、香美町産の魚や牛肉を使っている日です。

★ハートマークのついた日は、「コロナ支援」の食材を使っている日です。

★カミカミのついた日は、よくかんで食べましょう。
＜こんだてより＞

- 3日—【里いもごはん】村岡でとれた里芋を炊き込みます。
- 10日—県水産物提供事業は マダイ です。給食で初めてです。
- 16日—県産牛肉提供事業で 牛肉のしぐれ煮、新メニューです。
- 17日—「魚(とと)の日給食」は ハタハタです。
- 21日—「冬至のカボチャ」 今年は「チーズ焼き」で！
- 22日—「クリスマス献立」デザートがついています。

カボチャの旬のポイント！

とうじにかぼちゃを食べると、かぜをひかない
むかしの人は、ある日に関係のある食べものを食べる、という風習をたくさんつくりました。それは、ちょうどそのころに不足しがちなえいようをおぎなうためのちえです。
かぼちゃのような色のこい野菜は、冬になると少なくなってきました。それで、とうじにかぼちゃを食べようというわけです。

