令和5年

12月 の予定献立表 🔏

* 材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。 * 魚や肉にはほねがついていることがありますので、よくかんで気をつけて食べましょう

全品群 体内でのはたらき 赤の食品 血や肉、骨をつくる 黄の食品 働く力や体温となる 様の食品 体の調子をととのえる

南城市学校給食センター TEL: 948-7145





	金/ナナナ副 ちへき	とう 1 (リクナフト964	LIGTOL WA			1(金)	
٦	寒くても牛乳をのままくなると牛乳の残量が多く	7.2.7	リクエスト給食		12月の欠食 (予定)		
h	残さずしっかりのんでほしい	1 2/4 2 3 11 12 1 1	卒業をひかえた中学3年生 のクラスからもう一度食べ				★ミルメーク 年乳
70	学校給食は、牛乳の栄養を			1日(金) 玉城中	•4日(月)		カレーおから
だ	献立になっているよ			工	, 2+	J ~ \	710-611-5
て		◆ 今月より人気のあ ▼ ニューを給食に取り		8日(金))		
		います♪どのメニュ	1 1	大里南	i小2年		ごはん はくさいスープ
あか		るかたのしみにして		140/4	マ)・15日(金)		ぎゅうにゅう おから ひじき とりにく
き		(献立表には★ おしらせ		「4日(7 玉城小			こめ さとう はるさめ だいず油 ミルメーク
みどり						M	たまねぎ にんじん ながねぎ はくさい ピーマン しいたけ
	4(月)	5(火)	6(水)		7(木)		8(金)
٦	$\overline{\longrightarrow}$		弁	当の日			
6	471	いちごとみかんの2色ゼリー		0	からしな炒め	牛乳	491
だ	いわしの梅煮	(3)			チ作り佃煮	_	ビビンバ丼
/_						<u>)</u>	
て	ごはん ★キムチーズにくじゃが	★バジルスパゲティ ささみチーズフライ			ごはん すましじ	/ る	ごはん ポトフ
				Ħ		_	\sim
あか	ぎゅうにゅう ぶたにくチーズ いわしうめに	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ささみチーズフライ	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう あつあげ ひじき とりにわかめ カエリ	くッナ	ぎゅうにゅう 豚肉 デリカハム とりにく 大豆 みそ 粗びきミニカクテルウインナー
き	こめ じゃがいも さとう だいず油	いちごとみかんの2色ゼリー オリーブ油 スパゲティ			こめ さとう だいず油 ごま		こめ じゃがいも ごま油 さとうごま だいず油
みどり	たまねぎ にんじん はくさい 白菜キムチ あお豆 こんにゃく	たまねぎ にんじん バジル しめじ マッシュルーム			からしな だいこん たまねぎ にんじん えのきたけ こまつな	v もやし	キャベツ しょうが セロリ たまねぎ にんじん もやし しめじ こまつな
	11(月)	12(火)	13(水)		14(木)		15(金)
	49L		ママレードジャム	4	F	—	ひじき炒め
6		オレンジ	(その地地区)			= ₽L	
だ	#17-0-	かぼちゃのそぼろ煮	Ig	うれん草オムレツ	ふイリチー		さばの西京やき
7			あげぱん(玉城地	区) クラムチャウダー			
	ごはん コーンスープ ニーニーニ	ごはん 魚そうめん汁 ニーニニニ	コッペパン(その	他地区)	★しそごはん み ⁻	そ汁	ごはん はんぺんすまし汁
あか	ぎゅうにゅう 豚肉 とりにく 赤みそ たまご 厚揚げ	ぎゅうにゅう あつあげ もずく とりにく 魚そうめん	ぎゅうにゅう きな粉 だっしふんにゅう ほ		ぎゅうにゅう とりにく ツナ みそ わかめ	たまご	ぎゅうにゅう かまぼこ だいず とうふ 油揚げ ひじき さば 豚肉 みそ わかめ はんぺん
き	こめ でん粉 ごま油 さとう だいず油	こめさとう だいず油		ム さとう 黒糖 マーガリン コッペパン だいず油	こめ 湿麩 だいず油		こめ さとう だいず油
みどり	キャベツ しょうが たまねぎ にんじん ピーマン 赤ピーマン しめじ クリームコーン缶 たけのこ チンゲンサイコーン	かぼちゃ しょうが たまねぎ にんじん ねぎ こまつな あお豆 オレンジ	こまつな たまねぎ じ	こんじん マッシュルーム	キャベツ こまつな だいこん にら にん	じん	こんにゃく キャベツ にら にんじん えのきたけ
	18(月)	19(火)	20(水)		21(木)		22(金)
٦						—	
6	なっとう	44	47	#4L	anh (+7L	中和
だ	かぼちゃひき肉フライ	中華サラダ	X=	ーグルトあえ	やさいいため		カップもずく
/~						9	
て	ごはん けんちん汁	ごはん、マーボーだいこん	麦ごはん	ポークカレー	うどん うどん	じる	★冬至ジューシー 白身魚フライ
		W. Sp. St. 1988 Ave. 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4			With the state of	li= /	Musicus 667 / 448-2
あか	ぎゅうにゅう とうふ なっとう とりにく	ぎゅうにゅう とうふ 豚肉 みそ わかめ かにかま	だっしふんにゅう 白	【ヨーグルト とりレバー 花豆いんげん くろまめ	ぎゅうにゅう とうふ 油揚げ なると とり ツナ	אוכל	ぎゅうにゅう 白身魚フライ 油揚げ 豚肉 かまぼこ こんぶ もずく
き	こめ 里芋 かぼちゃひき肉フライ だいず油	こめ でん粉 ごま油 さとう ごま だいず油	だいず油	ガリン こむぎこ おおむぎ	うどん 大豆油		こめ タロイモ おおむぎ だいず油
みどり	こんにゃく こまつな だいこん にんじん	きゅうり しょうが たまねぎ だいこん にら にんじん もやし しいたけ	たまねぎ にんじん E ブルーン	[?] ーマン みかん パイン もも	キャベツ にら にんじん ながねぎ もっ	やし みかん	にんじん ねぎ しいたけ
	25(月) お楽しみ献立		げんき	こと休みを	9(火)		10(水)
٦				ごしてね!		牛乳	弁当の日
ん	★お楽しみケーキ キュー	開城市建の食材		\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	くだもの ()	/	
	チキンのトマトソースかけ	○もずく	\	次の給食は 1月9日からです	クーブイリチー	_	
だ		○きゅうり		2			100
τ	なかよしパン キャベツのクリーム煮		×	A	黒米ごはんなか	み汁	
		0ピーマン	(÷	<i>y</i> (∵;)			
あか	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン だっしふんにゅう				ぎゅうにゅう なかみ ぶたにく かまぼこ	こんぷ	
き	じゃがいも オリーブ油 さとう マーガリン こむぎこ なかよしパン お楽しみケーキ だいず油				こめ さとう 黒米 だいず油		
みどり	キャベツ たまねぎ にんじん トマト缶 ウージパウダー あお豆				こんにゃくしょうが しいたけ		
		<u> </u> <u> </u>					これいても 毎日旅河 コノギさい