



12月の献立

門真市教育委員会
(中学校用)



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>1</p> <p>五目 チャプチェ </p> <p>ご飯 </p> <p>ごはん とうふのチゲ ごもくチャプチェ</p>	<p>2</p> <p>りんご </p> <p>かつおの バーベキュー ソース </p> <p>黒糖パン </p> <p>ごはん こくとうパン ワンタンスープ かつおの バーベキューソース りんご(1きれ)</p>	<p>3</p> <p>大豆の磯煮 </p> <p>ご飯 </p> <p>ごはん ふいりたまごどんぶり (ごはん) だいずのいそに</p>	<p>4</p> <p>フレンチ ポテト </p> <p>うずまきパン </p> <p>ごはん うずまきパン いんげんまめの ポタージュ フレンチポテト</p>	<p>5</p> <p>にらともやしの キムチ炒め </p> <p>ご飯 </p> <p>ごはん マーボー豆腐 にらともやしの キムチいため</p>
<p>8</p> <p>さばのごま煮 </p> <p>にんじん しりしり ご飯 </p> <p>ごはん にんじんしりしりごはん ピリピリすいとん さばのごまに</p>	<p>9</p> <p>さけ フライ </p> <p>パーカーパン </p> <p>ごはん パーカーパン コンソメスープ さけフライ スライスチーズ</p>	<p>10</p> <p>ブロッコリーの 炒め物 </p> <p>ご飯 </p> <p>ごはん わふうコンコン キーマカレー ブロッコリーののための</p>	<p>11</p> <p>ツナとひじきのサラダ </p> <p>黒糖パン </p> <p>ごはん こくとうパン ポークビーンズ ツナとひじきのサラダ</p>	<p>12</p> <p>わかさぎの 甘酢づけ </p> <p>あかしそふりかけ ご飯 </p> <p>ごはん わかさぎのあまずづけ あかしそふりかけ</p>
<p>15</p> <p>小松菜と あげの煮まし </p> <p>ご飯 </p> <p>ごはん じゃがいものそぼろに こまつなと あげのにびたし</p>	<p>16</p> <p>ミートビーンズ </p> <p>パーカーパン </p> <p>ごはん パーカーパン キャベツと フランクフルトのスープに ミートビーンズ</p>	<p>17</p> <p>さわらの煮つけ </p> <p>ツナ ひじき ご飯 </p> <p>ごはん ツナひじきごはん あつあげのみそしる さわらのにつけ</p>	<p>18</p> <p>焼き ビーフン </p> <p>きなこ 揚げパン </p> <p>ごはん きなこあげパン チンゲンさいと たまごのスープ やきビーフン</p>	<p>19</p> <p>キャベツの さっと煮 </p> <p>玄米入り ごはん </p> <p>ごはん カレーライス (げんまいいりごはん) キャベツのさっとに</p>
<p>22</p> <p>揚げ ぎょうざ </p> <p>チャーハン </p> <p>チャーハン レタススープ あげぎょうざ(3こ)</p>	<p>23</p> <p>なんきんの 天ぷら </p> <p>コッペパン </p> <p>ごはん コッペパン わふうのフォー なんきんのてんぷら ココアビーンズ</p>	<p>24</p> <p>しゅうぎょうしき 終業式</p> <p>冬休み</p>	<p>かどま 門真でとれた 『れんこん』を つか 使います 10日(水) 『和風コンコン キーマカレー』</p> <p></p>	<p>がっき きゅうしよく 3学期の給食は がっこのか きん 1月9日(金)から はじ 始まります。</p> <p></p>