




令和5年12月分

日	曜日	献立名	写真
1	金	【減塩献立】 ごはん 牛乳 ぶりのしょうがたれかけ きゅうりとわかめの酢の物 豚肉と野菜のうま煮	
4	月	【青花献立】 ごはん 牛乳 カレイの青花揚げ 小松菜とにんじんのかつおあえ 肉じゃが	
5	火	ごはん 牛乳 豚肉のアーモンド焼き 白菜と水菜のあえもの おでん	
6	水	【食物せんい献立】 発芽玄米ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ もやしのごま酢あえ 五目汁	
7	木	【かみかみ献立】 ごはん 牛乳 ししゃものから揚げ くきわかめのあえもの 筑前煮	

8	金	<p>【守山の日献立】 コッペパン 牛乳 鶏肉のケチャップソースかけ 矢島かぶらのサラダ 野菜のカレースープ いちごジャム</p>	
11	月	<p>【魚をじょうずに食べよう献立】 ごはん 牛乳 さんまの塩焼き ほうれん草のごまあえ 寄せ鍋風煮 プリン</p>	
12	火	<p>ごはん 牛乳 豚肉のおろしソースかけ キャベツの炒め物 米粉麺入りすまし汁</p>	
13	水	<p>【食育の日、地場産物・郷土料理献立】 ごはん 牛乳 わかさぎのたれがらめ ひじきの煮物 打ち豆汁</p>	
14	木	<p>【クリスマス献立】 ごはん 牛乳 照り焼きチキン ブロッコリーのサラダ ミネストローネ</p>	
15	金	<p>ごはん 牛乳 厚揚げの肉みそかけ きんぴらごぼう のっぺい汁</p>	

18	月	ごはん 牛乳 いわしのごまだれかけ もやしの炒め物 高野豆腐のみそ汁	
19	火	ごはん 牛乳 鶏肉のしょうが焼き 白菜の昆布あえ 野菜の煮物	
20	水	【冬至献立】 ごはん 牛乳 白身魚のゆずあんかけ れんこんの炒め煮 かぼちゃだんごのすまし汁	