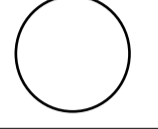











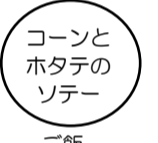
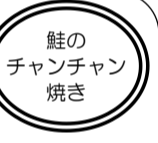
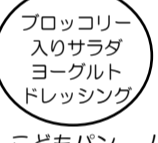


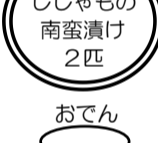


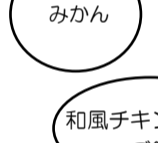



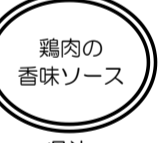




# 12月 盛付表 (中学校)



月	火	水	木	金																
<p>お皿の種類</p>  → 平皿  → 深皿	<p>給食の前には ていねいに 手を洗いましょう!!</p> 		<p>1</p> <p>*7大アレルギー除去献立</p>   <p>ご飯</p> <p>のっぺい汁</p>	<p>2</p>   <p>春雨サラダ ドレッシング</p> <p>ご飯</p> <p>ユージンチー 2個</p> <p>白菜と肉団子の スープ</p>																
<p>5</p> <p>*7大アレルギー除去献立</p>   <p>ご飯</p> <p>野菜のみそ汁</p>	<p>6</p>   <p>フルーツ ポンチ</p> <p>ご飯</p> <p>豚肉と ビーマンの 炒め物</p> <p>チンゲンサイと 豆腐のスープ</p>	<p>7</p> <p>*7大アレルギー除去献立</p>   <p>もやし の カレーソテー</p> <p>ご飯</p> <p>鶏肉の ペラクルス ソース</p> <p>白いんげん豆の スープ</p>	<p>8</p> <p>提供対応食</p> <table border="1"> <tr><td>卵</td><td>乳</td><td>卵</td><td>乳</td></tr> <tr><td>◆</td><td>◆</td><td>◆</td><td>◆</td></tr> </table>   <p>春菊入り 大根サラダ ドレッシング</p> <p>ご飯</p> <p>吉川の にんじん かき揚げ</p> <p>かき玉あんかけ うどん</p>	卵	乳	卵	乳	◆	◆	◆	◆	<p>9</p>   <p>中華炒め</p> <p>ご飯</p> <p>もち米蒸し 2個 たれ</p> <p>豆腐のチゲ</p>								
卵	乳	卵	乳																	
◆	◆	◆	◆																	
<p>12</p> <p>日本の料理 北海道</p> <p>提供対応食</p> <table border="1"> <tr><td>卵</td><td>乳</td><td>卵</td><td>乳</td></tr> <tr><td>◆</td><td>◆</td><td>◆</td><td>◆</td></tr> </table>   <p>ご飯</p> <p>いも団子汁</p>	卵	乳	卵	乳	◆	◆	◆	◆	<p>13</p> <p>世界の料理 トルコ</p>   <p>フロッキー 入りサラダ ヨーグルト ドレッシング</p> <p>ご飯</p> <p>チキン ケバブ</p> <p>こどもパン</p> <p>ハウチュョルバス (にんじんポタージュ)</p>	<p>14</p> <p>提供対応食</p> <table border="1"> <tr><td>卵</td><td>乳</td><td>卵</td><td>乳</td></tr> <tr><td>◆</td><td>◆</td><td>◆</td><td>◆</td></tr> </table>   <p>小松菜の 和え物 ドレッシング</p> <p>ご飯</p> <p>ししゃもの 南蛮漬け 2匹</p> <p>茶飯</p> <p>おでん</p>	卵	乳	卵	乳	◆	◆	◆	◆	<p>15</p>   <p>ツナの トマト パンネ</p> <p>ご飯</p> <p>ポーク ジンジャー</p> <p>冬野菜のスープ</p>	<p>16</p> <p>*7大アレルギー除去献立</p>   <p>みかん</p> <p>ご飯</p> <p>カラフル ソテー</p> <p>和風チキンカレー ご飯</p> <p>☆和風チキンカレーは ご飯と一緒に盛り付けてね。</p>
卵	乳	卵	乳																	
◆	◆	◆	◆																	
卵	乳	卵	乳																	
◆	◆	◆	◆																	
<p>19</p>   <p>ご飯</p> <p>水餃子</p>	<p>20</p> <p>*7大アレルギー除去献立</p>   <p>ひじきの 煮物</p> <p>ご飯</p> <p>鶏肉の 香味ソース</p> <p>呉汁</p>	<p>21</p> <p>クリスマス献立</p> <p>提供対応食</p> <table border="1"> <tr><td>卵</td><td>乳</td><td>卵</td><td>乳</td></tr> <tr><td>◆</td><td>◆</td><td>◆</td><td>◆</td></tr> </table> <p>クリスマス デザート</p>   <p>ご飯</p> <p>ミネストローネ</p>	卵	乳	卵	乳	◆	◆	◆	◆	<p>☆パンの日☆</p> <p>13日 こどもパン</p>	<p>☆めんの日☆</p> <p>8日 地粉うどん</p>								
卵	乳	卵	乳																	
◆	◆	◆	◆																	

☆チキンピラフの具は、  
ご飯と一緒に食べてね。

## ◆後片付けのしかた

9日	もち米蒸し	トレーは小食缶へ戻しましょう。
16日	みかん	ビニール手袋は器具と一緒にバットへ、皮や食べ残しは、小食缶に入れて戻しましょう。(大食缶には入れない)
21日	クリスマスデザート	箱などは、まとめて配膳室へ戻しましょう。

## 冬休みの食生活

食べすぎや夜食のとりすぎ、不規則な食生活に気をつけよう

