


令和2年12月分 中学校給食盛りつけ一覧表

	1日 (火) 牛乳 蒸しキャベツ 鶏肉のレモン揚げ コッペパン 大根としめじの卵スープ スプーン	2日 (水) 牛乳 のり酢和え しそふりかけ 麦ごはん 味噌煮込み	3日 (木) 牛乳 蒸し野菜 鯖のねぎ焼き 麦ごはん 大豆とあらめの煮物	4日 (金) 牛乳 切干大根のごま和え 麦ごはん すき焼き煮
	7日 (月) 牛乳 蒸しキャベツ チキンカツ 麦ごはん みぞれ汁	8日 (火) 牛乳 ツナサラダ ミルクパン ウィナーとじゃが芋の煮物	9日 (水) 個別懇談会	10日 (木) 個別懇談会
14日 (月) 牛乳 ドレッシングサラダ 福神漬 麦ごはん 手作りポークカレー スプーン	15日 (火) 牛乳 しいらのチーズ焼き コッペパン ポトフ いちごジャム スプーン	16日 (水) 牛乳 ひじきの中華風サラダ 麦ごはん 豚肉の生姜炒め	17日 (木) 牛乳 大豆と小魚の揚げ煮 麦ごはん 親子煮	18日 (金) 牛乳 バンサンスー 麦ごはん マーボー豆腐 スプーン
21日 (月) 牛乳 もやしのごま和え 鶏肉の照り焼き 麦ごはん かぼちゃの味噌汁	22日 (火) 牛乳 大根サラダ コッペパン 冬野菜のポークシチュー スプーン	23日 (水) 牛乳 小松菜のおかか和え ちくわの磯部揚げ 2個 麦ごはん けんちん汁	24日 (木) 牛乳 楽しみデザート 野菜スープ チキンライス クリームソースかけ スプーン	25日 (金) 牛乳 のりじゃこナムル 麦ごはん キムチ炒め



～冬至～

12月21日は、1年のうちで最も昼が短く、夜が長い「冬至」です。これから冬至に向かって、日に日に暗くなるのが早まり、寒さが増していきます。日本では昔から、冬至には「ゆず湯」に入り、「かぼちゃ」を食べて、無病息災を願う風習があります。かぼちゃには、風邪などの病気に負けない力をつける「ビタミンA」や「ビタミンC」が多く含まれています。21日の給食では、かぼちゃを使用した味噌汁をだす予定です。楽しみですね。給食をしっかり食べて風邪をひかない体づくりを心がけましょう。



食器太い線＝大わん（ピンク）

細い線＝小わん（ブルー）

点線＝浅い皿（パン皿）

二重線＝大皿（カレー皿）

長い点＝深皿（グリーン）

.....

=====

スプーン

はし＝

=====

食器は、よく確かめて盛りつけましょう

