



令和4年12月 中学校給食盛りつけ一覧表



			1日 (木)	2日 (金)
			牛乳 蒸しキャベツ 鰹のチリソース 麦ごはん ワンタン スープ スプーン	牛乳 ひじきの マヨネーズ サラダ 麦ごはん 芋煮
5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)
牛乳 春雨の 中華風サラダ 麦ごはん マーポー 豆腐 スプーン	牛乳 フルーツの ヨーグルト 和え ミルクパン 冬野菜の ポーク シチュー スプーン	牛乳 ひたし 鯖の塩焼き 麦ごはん みぞれ汁	牛乳 のり酢和え 麦ごはん すき焼き煮	牛乳 蒸しキャベツ 鶏肉の 南部揚げ 麦ごはん 青森 しょうが味噌 おでん
12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)	15日 (木)	16日 (金)
牛乳 切干大根の 酢の物 手作りふりかけ 麦ごはん 高野豆腐の 親子煮 懇談会	懇談会	懇談会	牛乳 みかん 鯖の ごまパン粉焼き わかめ ごはん のっぺい汁	牛乳 コーンサラダ 福神漬 麦ごはん 手作り チキンカレー スプーン
19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)
牛乳 お楽しみ デザート (クレープ) ひじきとツナの そぼろごはん 小松菜の すまし汁 スプーン	牛乳 ミントマト チキンの モンパジル焼き 2切れ コッペパン コーン チャウダー スプーン	牛乳 ごま酢和え カレーじゃこ 麦ごはん 肉じゃが	牛乳 蒸しキャベツ はんぺん フライ 麦ごはん 筑前煮	牛乳 蒸し野菜 鶏肉とごぼうの つくね 麦ごはん 味噌汁

冬至

冬至は1年で最も昼が短く、夜が長い日です。この日を境に少しずつ昼が長くなっていくことから、昔は太陽が生まれ変わり、運が向くと考えられていました。そこで香りの強いゆず湯で身を清め、邪気を追い払う習慣ができました。

冬至に「ん」のつく食べ物を食べると幸運になるという言い伝えもあります。また「体の砂を払う」とされるこんにやくを冬至に食べる地域もあります。

22日の給食は、はんぺんフライ、れんこんや人参、さやいんげん、こんにやくを使用した筑前煮です。

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