

12月 3日
月曜日12月 4日
火曜日12月 5日
水曜日12月 6日
木曜日12月 7日
金曜日

【 光ヶ丘小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
御飯	チリドック	キムタクチャーハン	御飯	ジャージャーメン
鯖の胡麻味噌焼き	ポトフ	切干大根のサラダ	豆腐の中華煮	ザーサイスープ
おかか和え	茹で野菜の胡麻サラダ	豆腐の四川風スープ	韓国風ナムル	りんごのケーキ
かき玉汁	アップルゼリー	大学芋	みかん	アーモンドと小魚
りんご	アーモンド	小魚	小魚	
いり大豆				

【 酒井根小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ポークカレーライス	ごはん	パエリア	カレーうどん	ごはん
ドレッシングサラダ	焼き海苔	ツナ和え	鯖の照り焼き	鯖の味噌煮
みかん	白身魚と野菜の揚げ煮	わかめ卵スープ	ほうれん草とコーンのバターいため	磯香和え
アーモンド小魚	白菜スープ	みかん	白玉小豆	けんちん汁
	キウイフルーツ	アーモンド小魚	アーモンド小魚	みかん
				いり大豆

【 酒井根西小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ひじきごはん	胚芽パン	焼き豚チャーハン	ごはん	ペンネのミトソース煮
肉じゃが	鯖フライ	大豆と小魚の揚げ煮	鯖の味噌煮	大根サラダ
豆腐の味噌汁	ポテトサラダ	五目スープ	レモンじょうゆあえ	手作りオレンジケーキ
みかん	チキンヌードルスープ	黒糖ピーナッツ	かきたま汁	アーモンド小魚
大豆小魚	ブルーン		みかん	
	アーモンド小魚		いり大豆	

【 豊小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
しめじごはん	チキンカレーライス	きつねうどん	玄米入りごはん	黒パン
ちくわの磯辺揚げ	野菜サラダ	ツナ和え	磯の香和え	白身魚のケチャップがらめ
おかか和え	りんごゼリー	ベーコンとイカと桜エビのお好み焼き	にくじゃが	茹でブロッコリー
豚汁	いり大豆	みかん	りんご	南瓜のクリームシチュー
いり大豆		アーモンド	カシューナッツ	キウイフルーツ

【 酒井根東小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	みそラーメン	ごはん	ロールパン	ごはん
さばのみそ煮	焼き豚ときくらげの中華和え	あじのごまマヨネーズ焼き	ひよこ豆入り手作りコロッケ	豆腐のチリソース煮
ごまあえ	開口笑	磯香和え	シーフードサラダ	ワンタンサラダ
とり団子汁	いり大豆	豚汁	白菜とベーコンのスープ	杏仁豆腐
みかん		黒糖ビーンズ	りんご	いり大豆
小魚			小魚	

12月 3日
月曜日12月 4日
火曜日12月 5日
水曜日12月 6日
木曜日12月 7日
金曜日

【 光ヶ丘中学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	丸パン	里芋ごはん	トマトソーススパゲティ	ブルコギ
肉団子の甘酢あんかけ	鶏肉のマーマレード焼き	ぶりの照焼き	ビスキュイパン	ツナサラダ
キムチスープ	じゃが芋ソテー	津軽和え	豆と野菜のスープ	豆腐スープ
大豆小魚	ヌードルスープ	沢煮椀	小魚	りんご
キウイフルーツ	ヨーグルト	みかん		小魚
	小魚	ふくふく豆		

【 酒井根中学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
サフランライスエビクリームソース	味噌ラーメン	ひじきご飯	ぶどうパン	鰹節ご飯
ほうれん草とナッツのサラダ	しめじ和え	鱈のアーモンドフライ	鮭の粒マスタード焼き	シシャモの唐揚げ
レンズ豆のスープ	いりこナッツ	ゆかり和え	パインサラダ	ピーナツ和え
プルーン	バナナケーキ	煮豆	チリコンカン	おでん
		いものこ汁	キウイフルーツ	フルーツきんとん
		みかん		