

12月1日 月曜日	12月2日 火曜日	12月3日 水曜日	12月4日 木曜日	12月5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
ごはん	スパゲティナポリタン	ゆかりごはん	ビビンバ(あまみそ)	あげパン
鯖(さば)のごまみそ煮	しめじのサラダ	さつまいもといかのてりに	はるさめスープ	にくだんごのスープ
こまつなのびたし	スコーン(りんごジャムぞえ)	おかかあえ	フルーツしらたま	マセドアンサラダ
けんちんじる	小魚	みそしる	小魚	てづくりアップルゼリー
りんご		みかん		大豆小魚
いり大豆		アーモンド小魚		

【 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
ごまごはん	ポークカレーライス	ココア揚げパン	ごはん	野沢菜炒飯
白身魚と野菜の揚げ煮	ごまサラダ	豚汁	さばのみそ煮	中華サラダ
五目スープ	アーモンド小魚	すき昆布サラダ	キャベツと小松菜のごま酢和え	中華スープ
			けんちん汁	
			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
アップルトースト	五目チャーハン	ご飯	テーブルロール	大豆ご飯
ごぼうサラダ	じゃがいもの味噌サラダ	鯖のおろし煮	タンドリーチキン	じゃがいものそぼろ煮
チーズスープ	中華スープ	ぽん酢あえ	ほうれんそうのソテー	かきたま汁
アーモンド小魚	ヨーグルト(いちご味)	豚汁	チキンヌードルスープ	りんご
	いり大豆	りんご	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
チキンライス	ごはん	キムチチャーハン	ひじきふりかけごはん	シナモントースト
フレンチサラダ	さんまの南部焼き	野菜のナムル	白身魚の五色揚げ	コーンサラダ
ポトフ	辛子和え	トック入り卵スープ	大根のみそ汁	ポークビーンズ
みかん	じゃが芋のみそ汁	オレンジゼリー	りんご	アーモンド小魚
アーモンド小魚	りんご	大豆小魚		

【 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
ロールパン	ごはん	揚げめんの五目あんかけ	ハヤシライス	揚げ大豆ごはん
ホキのホワイトソース焼き	和風ハンバーグ	卵とわかめのスープ	ごまドレッシングサラダ	さばのごまみそ焼き
コーンとひよこ豆のサラダ	粉ふきいも	ふかしいも	りんご	もやしのポン酢あえ
かぶとポテトのスープ	はくさいと油揚げのみそ汁	黒糖ビーンズ	いり大豆	のっぺい汁
グレープゼリー	みかん			みかん
小魚	いり大豆			小魚

12 月 1 日 月曜日	12 月 2 日 火曜日	12 月 3 日 水曜日	12 月 4 日 木曜日	12 月 5 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
雑穀ご飯	メキシカンピラフ	豆腐の中華丼	ミルクパン	ご飯
竹輪の二色揚げ	豆腐のナゲット	ナムル	ミートローフ	ひじきふりかけ
ピーナッツ和え	茎わかめのサラダ	スイートポテト	海藻サラダ	鰯のさんが焼き
すまし汁	ポテトとベーコンのスープ	アーモンド小魚	チーズスープ	昆布茶和え
じゃが芋のそぼろ煮	きなこ大豆		みかんゼリー	豚汁
キウイフルーツ				ヨーグルト

【 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
メキシカンライス	コッペパン	ご飯	味噌ラーメン	ご飯
ポトフ	豆腐のチリソース煮	鯖のねぎ味噌焼き	鰹とカシューナッツの炒め物	ツナ入り厚焼き卵
ひじきのカラフルサラダ	コーンスープ	千草和え	パインサラダ	なめたけ和え
フルーツ和え	小豆あん	カレー金平	ヨーグルト	おでん
煎り大豆	みかん	小松菜の味噌汁		みかん