


月	火	水	木	金
<p>＜12月予定献立＞</p> <p>＊いつも清潔なランチマットを用意してください。</p>  <p>＜お知らせ＞ ＊「あさり」「のり」「わかめ」などの海産物全般に漁法や餌の関係で、小さな「えび」「かに」が混入する場合があります。ご了承ください。 ＊果物は天候や生育状況によって、変更になる場合があります。ご了承ください。 ＊牛乳は毎日つきます。 ＊献立名の下の食材は使用食材の一部です。</p>				


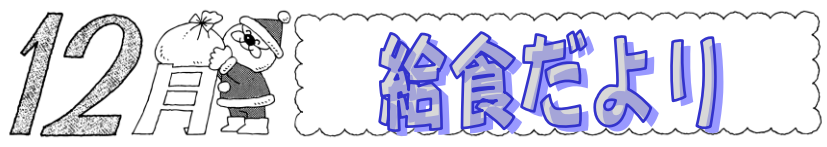
3日 ビビンバ ひじき春巻 フルーツサワー ■胚芽精米、大麦、豆腐、豚肉、生姜、にんにく、豆板醤、メンマ、長ねぎ、人参、ごま油 ■豚肉、竹の子、ひじき、ごま油、オイスターソース、小麦粉 ■パイナップル、桃缶、みかん缶、ヨーグルト	4日 味噌かつ丼 すまし汁 おひたし ■ご飯、豚肉、卵、小麦粉、ごま、味噌、醤油、砂糖 ■豆腐、わかめ、長ねぎ、しいたけ、和風だし ■小松菜、白菜、糸かつお	5日＜リカーブ給食＞ 横割パンズ コーンシチュー ＊レバー入りハンバーグか タラフライか野菜コロケ みかん・中濃ソース ■ベーコン、人参、じゃがいも、玉ねぎ、小麦粉、バター、牛乳、チーズ、豆乳、コーン、鶏ガラスープ ■豚肉、牛肉、大豆 ■たら、大豆、小麦 ■じゃがいも、小麦、乳、ごま、豚肉 ■ソース(りんご)	6日 カレーライス ほうれん草と ベーコンのサラダ パイン缶 ■ご飯、豚肉、玉ねぎ、りんご、セロリ、生姜、にんにく、じゃがいも、人参、小麦粉、鶏ガラスープ、カレー粉、シナモン、グリーンピース ■ベーコン、ほうれん草、ごま、もやし	7日 味噌ラーメン きなこポテト すだちゼリー ■ラーメン、豚肉、玉ねぎ、人参、味噌、生姜、にんにく、豆板醤、メンマ、ごま、ごま油、もやし、豚骨・鶏ガラ・昆布・煮干しスープ ■じゃがいも、きなこ、砂糖、油 ■すだち、寒天、砂糖
10日 コーンピラフ 鮭のチーズ焼き あさりのカリッとサラダ ■胚芽精米、大麦、パセリ、ベーコン、人参、玉ねぎ、コーン、バター ■鮭、チーズ、パセリ ■あさり、きゅうり、キャベツ、ごま、醤油、酢、人参、小麦粉、片栗粉	11日 厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁 みかん ■ご飯、豚肉、メンマ、もやし、厚揚げ、ほうれん草、りんご、玉ねぎ、ごま、豆板醤、ごま油、醤油、片栗粉 ■高野豆腐、小松菜、味噌、和風だし	12日 背割コッペ あさりのチャウダー 焼フランク もやしのごまサラダ ■あさり、玉ねぎ、バター、小麦粉、ベーコン、じゃがいも、チーズ、豆乳、鶏ガラスープ ■フランクフルト、ソース(りんご)、ケチャップ ■もやし、ごま、味噌、豆板醤、小松菜	13日 ご飯 けんちん汁(味噌) さんまのかば焼き のりの佃煮 ■鶏肉、豆腐、大根、人参、ごぼう、長ねぎ、ごま、にんにく、味噌、和風だし ■さんま、生姜、ごま、小麦粉、片栗粉 ■のり、ひじき、水あめ	14日 パスタミートソース バジルポテト ヨーグルト ■パスタ、豚肉、玉ねぎ、人参、にんにく、大豆、トマト、ソース(りんご)、鶏ガラスープ、小麦粉 ■じゃがいも、にんにく、オリーブ油、バジル
17日 焼豚チャーハン 十勝大豆コロケ フルーツミックス ■胚芽精米、大麦、豚肉、人参、玉ねぎ、コーン、椎茸、ごま油、にんにく ■じゃがいも、大豆、小麦粉、カレー粉 ■みかん缶、パイナップル、桃缶、梨缶、夏みかん缶 新川中 早だし	18日 ご飯 豆腐のオイスターソース煮 かれいのから揚げ (子持ちの場合があります) ナムル・おろしソース ■豚肉、豆腐、ピーマン、にんじん、竹の子、オイスターソース、生姜、にんにく ■かれい、片栗粉、油、大根、生姜、醤油、砂糖 ■ハム、ほうれん草、もやし、人参、豆板醤、ごま 新川中 早だし	19日 ロールパン イタリアンスープ ローストチキン 大根サラダ ■マカロニ、ベーコン、人参、玉ねぎ、じゃがいも、鶏ガラスープ、コーン、パセリ ■鶏肉、醤油、砂糖 ■大根、ツナ、ごま、きゅうり、人参	20日 鶏ごぼうごはん さばの香味焼き 磯和え ■胚芽精米、大麦、鶏肉、ごま、生姜、豆腐、人参、椎茸、ごぼう、油揚げ、和風だし、醤油、砂糖、味噌 ■さば、生姜、にんにく ■小松菜、白菜、のり	21日 きつねうどん 冬至かぼちゃ みかん ■うどん、油揚げ、鶏肉、かまぼこ、長ねぎ、椎茸、ほうれん草、和風だし、たもぎ茸、醤油、砂糖、酒 ■南瓜、あん、白玉もち 新川中 早だし

＜お知らせ＞
 12月3日(月)～7日(金)は給食週間です。
 札幌市の学校給食は、昭和22年に始まりました。初めは、児童生徒の体位向上のため、栄養をとることが一番大切でした。現在は「教育の一環」として位置づけられています。飽食の時代の中で、何をどのように食べていくと生涯を通じて健康に過せるか、自ら考え実践する力が育つことを願っています。給食週間中に、2階図書室前に給食に関する掲示を行います。また、レシビ配布もありますので、期末懇談等で学校にお越しの際にはご覧ください。

12月22日は冬至です!

冬至は1年中で昼が一番短く、夜が長くなります。
 昔の人は、夏の太陽をあびて育てた、南瓜を大切に保存していました。特に冬至の日に南瓜を食べると病気になると思われていたからです。ビタミンの多い南瓜を食べ、健康でいられるように工夫をした昔の人の知恵だったのです。

21日の給食に「冬至かぼちゃ」を予定しています。

平成30年(2018年)11月30日
 札幌市立新川中学校
 札幌市立北陽中学校