

12月のよていにんだて

- 牛乳は毎日つきます。●天候や気温の影響で、食材が変更になる場合があります。
- 魚の切り身、わかめなどの海産物に、小さなカニやエビが混入・付着している場合があります。

月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
給食週				
しょうゆラーメン 大学芋 柿	わかめごはん 豚汁 ぶりスパイス揚げ 鮭の竜田揚げ	ご飯 けの汁 サバの香味焼き のりとあさりの佃煮	横割パンズ イタリアンスープ 焼きレバー入りハンバーグ りんご スライスチーズ	カレーライス 小松菜とベーコンのサ ラダ アイスクリーム
フードリサイクルの 玉ねぎを使用 (3日、5日、6日も使用します。)	リザーブ給食	食べよう！ニッポン！！ (青森県「けの汁」)	YES！cleanの 「じゃがいも」を使用	リクエスト№1メニュー (アイスクリーム)
ソフトラーメン、豚肉、メンマ、しょうが、にんにく、サラダ油、つと、もやし、玉ねぎ、人参、長ねぎ、ほうれん草、茎わかめ、醤油、鶏がら、豚骨、煮干し/さつまいも、水あめ、黒砂糖、醤油、黒ごま/かき/	米、大麦、炊き込みわかめ、白ごま/豚肉、豆腐、じゃがいも、板こんにやく、人参、大根、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、しょうが、サラダ油、白みそ、赤みそ/ぶり、しょうが、にんにく、醤油、かたくり粉、小麦粉、カレー粉、チリパウダー/鮭、しょうが、醤油、白ごま、小麦粉、かたくり粉/	白飯/ 凍り豆腐、油揚げ、つきこんにやく、大根、人参、ごぼう、ふき水煮、わらび、白みそ/さば、しょうが、にんにく、醤油、白ごま/あさり、しょうが、もみのり、ひじき、醤油、きび砂糖、水あめ/	横割パンズ/ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ホールコーン、パセリ、マカロニ、醤油、鶏がら/レバー入りハンバーグ/りんご/スライスチーズ/	白飯、豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、グリーンピース、小麦粉、サラダ油、カレー粉、カレールウ、ケチャップ、醤油、シナモン/ベーコン、小松菜、もやし、醤油、サラダ油、きび砂糖、白ごま/アイスクリーム/
9日	10日	11日	12日	13日
パスタミートソース ポテトポロネーズ	チキンライス カレーコロッケ ヨーグルト和え	豚丼 味噌汁 ひじきの煮物	ロールパン オニオンポタージュ 白身魚のハーブ焼き パイン缶詰	ご飯 マーボー厚揚げ カラフトししゃも(子持ち)のから揚げ おひたし
ソフトパスタ、豚肉、玉ねぎ、人参、大豆水煮、マッシュルーム、セロリ、しょうが、にんにく、小麦粉、サラダ油、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、デミグラスソース、醤油/じゃがいも、パン粉、バター、パセリ/	米、大麦、バター、トマト缶詰、鶏肉、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、グリーンピース、サラダ油、ケチャップ/ポテトコロッケ(カレー味)/みかん缶詰、パイン缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、ヨーグルト/	白飯、豚肉、グリーンピース、醤油、きび砂糖、しょうが、かたくり粉/厚揚げ、小松菜、白みそ、赤みそ/ひじき、油揚げ、人参、サラダ油、きび砂糖、醤油/	ロールパン/ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、パセリ、小麦粉、バター、サラダ油、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ/真だら、にんにく、パン粉、粉チーズ、パセリ、バジル、オリーブ油/パイン缶詰/	白飯/厚揚げ、豚肉、しょうが、にんにく、サラダ油、人参、長ねぎ、干ししいたけ、赤みそ、醤油、黒砂糖、きび砂糖、オイスターソース、ごま油、トウバンジャン/カラフトししゃも(子持ち)、小麦粉、かたくり粉、醤油、きび砂糖/小松菜、白菜、糸かつお、醤油/
16日	17日	18日	19日	20日
五目うどん かぼちゃのいとこ煮 みかん	いりこめし レバー入りメンチカツ もやしのカレー和え	ご飯 ローペンタン さわらの味噌焼き 磯和え	コッペパン シーフードグラタン 厚揚げサラダ 黄桃缶	厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁 紅まどんな
ちよびり早い 冬至メニュー			紅まどんなは、外皮も薄皮もとても柔らかくて薄く、果肉がゼリーのようになめらかな、柑橘です。	
ソフトめん、鶏肉、油揚げ、つと、人参、小松菜、ごぼう、長ねぎ、干ししいたけ、たまごたけ、醤油、きび砂糖/西洋かぼちゃ、あずき、きび砂糖、白玉もち/みかん/	米、大麦、かたくちいわし煮干し、油揚げ、人参、ごぼう、むき枝豆、醤油、きび砂糖/レバー入りメンチカツ/もやし、はるさめ、きゅうり、人参、醤油、きび砂糖、カレー粉、ごま油/	白飯/ 豚肉、しょうが、かたくり粉、人参、白菜、干ししいたけ、たけのこ、ほうれん草、長ねぎ、醤油、ごま油/さわら切り身、白みそ、醤油、白ごま、しょうが、きび砂糖/こまつな、もやし、切りのり、醤油/	コッペパン/いか、むきえび、ほたて、マカロニ、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、小麦粉、バター、サラダ油、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、パン粉、粉チーズ、パセリ/厚揚げ、しょうが、かたくり粉、小麦粉、キャベツ、きゅうり、人参、醤油、きび砂糖、ごま油、白ごま/黄桃缶詰/	白飯、豚肉、メンマ、人参、サラダ油、もやし、小松菜、厚揚げ、醤油、玉ねぎ、りんご、きび砂糖、しょうが、にんにく、トウバンジャン、かたくり粉、ごま油、白ごま/はくさい、油揚げ、白みそ、赤みそ/紅まどんな/
23日	24日	25日	YES！clean農作物「じゃがいも」が無償提供されます 有機物の施用などによる土づくりと化学肥料と化学合成農薬の使用量を必要最低限に抑えた栽培の取組による、安全・良質な農作物を生産する「クリーン農業」によって生産された北海道認証のYES！clean農作物(じゃがいも・洞爺産)の無償提供を行いました。 本校では、12月5日のイタリアンスープに入れて提供いたします。じゃがいもと一緒に「YES！clean」の紹介のチラシも提供いただきました。当日、配付いたしますので、ぜひご覧ください。	
カレーラーメン バターポテト バナナ	コーンピラフ フライドチキン フルーツミックス			
ソフトラーメン、豚肉、しょうが、にんにく、サラダ油、メンマ、もやし、白菜、人参、玉ねぎ、ほうれん草、長ねぎ、わかめ、小麦粉、カレー粉、カレールウ、醤油、白みそ、トマトピューレ、りんご、鶏がら、豚骨、煮干し/じゃがいも、バター、上白糖、牛乳、スキムミルク/バナナ/	米、大麦、バター、ベーコン、玉ねぎ、人参、ホールコーン、マッシュルーム、パセリ、サラダ油/鶏肉、にんにく、牛乳、小麦粉、かたくり粉/みかん缶詰、パイン缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰/		終業式	

給食週間があります(12月2日～6日)

私たちは、一年を通じてほとんどの食べ物をいつも食べることができ、食べられることが当たり前に思い、何気なく食事をとっている方が多くいらっしゃるのではないのでしょうか。

給食週間を通じて、楽しく食文化や農作物について学び、感謝する機会にしたいと思います。給食週間では、リクエスト給食やリザーブ給食の実施、フードリサイクル作物(玉ねぎ)やYES！clean農作物(じゃがいも)を使用した献立や「食べよう！ニッポン！(東北地方)」の献立「けの汁」の提供を予定しています。お楽しみに！！



給食週間リクエストメニューアンケート結果

平岡中央		
第1位	揚げパン	67人
第2位	アイスクリーム	65人
第3位	味噌ラーメン	35人
青葉中		
第1位	アイスクリーム	33人
第2位	揚げパン	20人
第3位	沖縄そば	9人

冬至(今年は12月21日)

冬至とは、1年で一番昼が短くなる日のことです。この日は、昔からゆず湯に入って、かぼちゃを食べる風習があります。これは、かぼちゃを食べると、かぜをひきにくくなるという言い伝えがあるからです。

