

12月献立表 (中学校)

湯之谷給食センター

インフルエンザ等による学級閉鎖にかかわる給食費の返金について



魚沼市の給食費の返金規定に沿って返金をいたします。
閉鎖決定の日から土日祝日を除く、3日目から返金をします。ただし、閉鎖決定が午後の場合、翌日を決定日とします。
閉鎖を再度決定した場合や延長した場合も同様として数え、返金をいたします。
ご理解のほどよろしくお願いいたします。

市内統一減塩献立



12月17日は減塩の日です。
今月は、5日と17日に鶏の唐揚げがでます。減塩のものと味を比べて見て、違いやどんな工夫をしているか、比べてみましょう。
(減塩のおたよりやレシピもあります。)

<p>2</p> <p>もやし中華 胡麻和え</p> <p>焼き餃子</p> <p>ごはん</p> <p>麻婆豆腐</p>	<p>3</p> <p>ベビーチーズ</p> <p>千草あえ</p> <p>ホッケの ねぎみそ焼き</p> <p>ごはん</p> <p>おでん</p>	<p>4</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>手作りツナの グラタン</p> <p>米粉パン& イチゴジャム</p> <p>白菜と蕪の とろとろスープ</p> <p>ごはん</p>	<p>5</p> <p>2年リクエスト</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>鶏の唐揚げ</p> <p>五年生のお米の ごはん</p> <p>豚汁</p>	<p>6</p> <p>ごまずあえ</p> <p>五目卵焼き</p> <p>肉みそソース</p> <p>ソフト麺</p>
<p>牛乳、きょうざ、ツナ、大豆、豚肉、豆腐、みそ</p> <p>米、練りごま、マヨネーズ、三温糖、ごま油、片栗粉</p> <p>もやし、きゅうり、人参、生姜、玉葱、ねぎ、椎茸、たけのこ、にら</p>	<p>牛乳、ほっけ、昆布、竹輪、がもどき、うずら卵、チーズ</p> <p>米、三温糖、じゃがいも、茼蒿</p> <p>ねぎ、コーン、ほうれん草、人参、キャベツ、もやし、大根</p>	<p>牛乳、ツナ、チーズ、ウインナー</p> <p>米粉パン、ペンネ、パン粉、油</p> <p>いちごジャム、玉葱、マッシュルーム、ブロッコリー、キャベツ、白菜、かぶ、人参</p>	<p>牛乳、鶏肉、豚肉、豆腐、油揚げ、みそ</p> <p>米、ごま油、三温糖、片栗粉、油、じゃがいも、マ</p> <p>キャベツ、きゅうり、コーン、大根、人参、ねぎ</p>	<p>大豆、豚肉、鶏肉、みそ、牛乳、卵、いか</p> <p>ソフト麺、油、三温糖、ごま</p> <p>人参、玉葱、たけのこ、椎茸、生姜、ほうれん草、もやし</p>
<p>小 620 中 765</p>	<p>小 558 中 711</p>	<p>小 610 中 757</p>	<p>小 672 中 824</p>	<p>小 678 中 863</p>
<p>9</p> <p>煮菜</p> <p>いかメンチ</p> <p>ごはん</p> <p>根菜のごま汁</p>	<p>10</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ひじきと豆のサラダ</p> <p>カレーライス</p>	<p>11</p> <p>しらたきの つるつる炒め</p> <p>肉団子</p> <p>ごはん</p> <p>卵スープ</p>	<p>12</p> <p>だいこんサラダ</p> <p>鯖の みりん焼き</p> <p>ごはん</p> <p>さつま汁</p>	<p>13</p> <p>切り干し大根の 焼きそば風</p> <p>野菜コロッケ</p> <p>ごはん</p> <p>かぼちゃの すり流しスープ</p>
<p>牛乳、いか、打ち豆、油揚げ、みそ、大豆</p> <p>米、油、じゃがいも、すりごま</p> <p>野沢菜、大根、人参、ごぼう、れんこん、白菜、ねぎ</p>	<p>豚肉、牛乳、大豆、ham、ヨーグルト</p> <p>米、油、じゃがいも、ごま油、三温糖</p> <p>玉葱、人参、しめじ、コーン、ブロッコリー、キャベツ、生姜</p>	<p>牛乳、ベーコン、卵、ベーコン、わかめ、豆腐</p> <p>米、白滝、油、三温糖、ごま油、片栗粉</p> <p>人参、小松菜、もやし、コーン、玉葱</p>	<p>牛乳、鯖、ham、鰹節、鶏肉、豆腐、みそ</p> <p>米、マヨネーズ、さつまいも、つきこん</p> <p>大根、ほうれん草、コーン、人参、ごぼう、ねぎ、椎茸</p>	<p>牛乳、豚肉、青のり、大豆、鶏肉、豆腐、みそ、白みそ</p> <p>米、油</p> <p>切り干し大根、人参、もやし、青ピーマン、生姜、南瓜、えのきたけ、ほうれん草</p>
<p>小 591 中 732</p>	<p>小 698 中 829</p>	<p>小 631 中 639</p>	<p>小 617 中 750</p>	<p>小 682 中 747</p>
<p>16</p> <p>かぼちゃと 厚揚げの そぼろ煮</p> <p>笹かまの お好み焼き</p> <p>ごはん</p> <p>具沢山豆乳 みそ汁</p>	<p>17 市内統一減塩 メニュー</p> <p>味噌ポテトサラダ</p> <p>だし唐揚げ</p> <p>ごはん</p> <p>柚白菜鍋</p>	<p>18</p> <p>ツナサラダ</p> <p>米粉揚げパン</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>19</p> <p>ぶりの照り焼き</p> <p>八色菜の おかかあえ</p> <p>ごはん</p> <p>凍り豆腐の たまごどじ</p>	<p>20</p> <p>野菜のごま和え</p> <p>わたべ農園さん の揚げ さつまいも</p> <p>うどん</p> <p>ほうとう風汁</p>
<p>牛乳、笹かま、鰹節、青のり、厚揚げ、鶏肉、油揚げ</p> <p>米、マヨネーズ、油、片栗粉、三温糖</p> <p>紅生姜、南瓜、玉葱、生姜、ほうれん草、ねぎ、人参、大根</p>	<p>牛乳、鶏肉、鰹節、ham、みそ、豚肉、豆腐</p> <p>米、片栗粉、油、じゃがいも、マヨネーズ、つきこん</p> <p>生姜、玉葱、人参、ブロッコリー、白菜、大根、えのきたけ、しめじ、ねぎ、ゆず</p>	<p>牛乳、ツナ、豆、ウインナー</p> <p>米粉パン、油、三温糖、マヨネーズ、バター、マカロニ</p> <p>キャベツ、きゅうり、コーン、大根、人参、玉葱、セロリー、トマト</p>	<p>牛乳、鯛、鰹節、凍豆腐、鶏肉、卵</p> <p>米、三温糖、片栗粉、油、油、じゃがいも、白滝</p> <p>キャベツ、コーン、人参、八色菜、玉葱、ごぼう、椎茸</p>	<p>鶏肉、油揚げ、みそ、牛乳</p> <p>うどん、三温糖、ごま、さつまいも、油</p> <p>しめじ、南瓜、人参、白菜、ねぎ、小松菜、もやし</p>
<p>小 601 中 757</p>	<p>小 647 中 792</p>	<p>小 636 中 785</p>	<p>小 642 中 791</p>	<p>小 646 中 837</p>
<p>23</p> <p>クリスマスサラダ</p> <p>クレープ</p> <p>チキン チャップ ライス</p> <p>かぼちゃ 豆乳シチュー</p> <p>ウインナー、鶏肉、牛乳、チーズ、鶏肉、豆乳</p> <p>米、バター、油、三温糖</p> <p>玉葱、人参、コーン、ブロッコリー、南瓜、カリフラワー、パセリ</p> <p>小 590 中 794</p>	<p>日にち</p> <p>ふくさい</p> <p>しゅさい</p> <p>しゅしよく</p> <p>しるもの</p> <p>あかのたべもの(からだをつくる)</p> <p>きいろのたべもの(エネルギーになる)</p> <p>みどりのたべもの(からだのちようしきとどのえる)</p> <p>しょうがっこう エネルギー ちゅうがっこう エネルギー</p>	<p>♪12月の地場産物♪</p> <p>魚沼産 うおめまん うおめまん</p> <p>コシヒカリ、もち米、深雪豚、さつまいも、さつまいも、えのきたけ、里芋、白菜、大根</p> <p>にいがたけんさん 新潟県産</p> <p>ぎょうじゅう ぼし 牛乳、干しいたけ、たくあん、旬の野菜類</p>	<p>20日使用のさつまいもは、有機栽培のもので、湯之谷にある「わたべ農園」さんからいただきました。 さつまいもの本来のおいしさを味わってほしいとのことで、シンプルな味付けで提供します。 楽しみにしててください。</p>	

※ 食材等の都合により献立が変更になる場合があります。 ※ マヨネーズは卵不使用の物を使っています。

