

令和5年度 12月 はいぜんたべかたひょう 南部B 中学校

羽島市学校給食センター

ゴミは業者が回収します。

数ものについて

- 1日 がんもの含め煮 幼・小 1個、中・高 2個
- 5日 わかさぎフライ 幼 2個、小 3個、中・高 4個
- 12日 にらまんじゅう 幼・小 1個、中・高 2個



1日(金)

あおなの
いために

がんもどきの
ふくめに

いっしょくようどん カレーなんばん

今日はカレーなんばんの日です。カレーなんばんを考えた角田さんの誕生日に由来しています。

4日(月)

ベイクドポテト

とりにくのトマトに

コッペパン チャウダー

チャウダーに入っているあさりには、亜鉛や鉄などのミネラルがたくさん入っています。

5日(火)

はくさいのにびたし

わかさぎフライ

しろごはん とんじる

冬に旬を迎えるわかさぎのフライです。頭から尾まで食べられるので残さず食べましょう。

6日(水)

みかん
ドレッシング

わふうサラダ

こうやどうふ
とレバーの
あんからめ

かきまわし

鉄をしっかりとりれる献立です。さらに、みかんには鉄の吸収を助けるビタミンCが豊富です。

7日(木)

きんぴら

さばのみぞれに

むぎごはん だいにんのみそしる

みぞれ煮は、雨まじりの雪に似ている大根おろしなどを使った料理のことです。

8日(金)

かぶう
いため

れんこん
チップス

いっしょくようラーメン しょうゆラーメン スープ

れんこんチップスは羽島市の給食で20年以上出されている、人気のあじろ料理です。

11日(月)

マヨネーズタイプ
はなやさい
サラダ

メンチカツ

くらパン かぶのスープ

ブロッコリーは、花のつぼみを食べる花野菜です。野菜の中でも栄養価がトップクラスです。

12日(火)

にらまんじゅう

チャブチ

しろごはん とうふのチゲ

韓国の献立です。チゲは、韓国の言葉で、鍋料理という意味があります。

13日(水)

こんさい
のマリネ

イカフライ

むぎごはん ハヤシライス

イカや、根菜を取り入れた、よくかむ献立です。かむことで、歯やごを強くし、消化を助けます。

14日(木)

あおなの
ごまあえ

さけの
しおやき

むぎごはん みそおでん

おでんは、地域の特徴がよく出る料理です。みそおでんは愛知県や岐阜県で食べられています。

15日(金)

フルーツあえ

ウインナー

こがたパン やきそば

センターで作る焼きそばは、安心して食べてもらえるよう、調理方法を工夫しています。

18日(月)

スライスチーズ

キャベツ
ソテー

オムレツ

しょうパン コンソメスープ

オムレツやチーズを食パンに挟んで、サンドイッチを作ります。簡単な料理の体験です。

19日(火)

ひきずり

みそカツ

しろごはん すましじる

食育の日です。お隣の愛知県の郷土料理を紹介し、他県の料理を知り、味わいましょう。

20日(水)

キウイフルーツ
ドレッシング

おんやさい

ホッケ
フライ

ひじきごはん

ひじきは、海藻の中でも、カルシウムや鉄を多く含む食品です。しっかり食べましょう。

21日(木)

ふりかけ

きりばし
だいにん
のために

ほきの
ゆうあん
やき

むぎごはん だんごじる

幽庵焼きは、魚や鶏肉にしょうゆ、酒、みりん、柚子を加えて味をつけて焼いた料理です。

22日(金)

ごもくめ

かぼちゃ
コロッケ

ソフトめん にくみソース

冬至の献立です。昔からこの日にかぼちゃを食べると風邪をひかないと言われています。

25日(月)

クリスマスデザート

かぶのマリネ

とりにくの
やき

こがたパン ミルクスープ

クリスマスの献立です。クリスマスには、家族そろってイエス・キリストの誕生をお祝いする日です。

