

12月



中

このマークは
「味の旅」
今月は「東京都」です。

昆布豆
豚肉の塩こうじ焼き
味噌けんちん汁 6日

グリーンポテト
鶏肉のオランダ煮
チョコクリーム
白菜のスープ 7日

ナムル
エビのチリソース煮
ゼリー
豆腐と卵のスープ 13日

大根サラダ
チリコンカン
チーズ
ポテトスープ 14日

金時豆の甘煮
厚焼き卵
すき焼き 20日

小松菜と油揚げのゆずあえ
かぼちゃコロッケ
のっぺい汁 21日

角麩の煮つけ
いり卵
三色ごはん
ためき汁 1日

煮びたし
豚肉と厚揚げの味噌炒め
こぶ汁 8日

くきわかめの炒め煮
大豆と小魚のあめがらめ
長崎ちゃんぽん 15日

厚揚げとかぶの煮物
じゃがいものから揚げ
肉味噌 22日

ハリハリ漬け
ハタハタのから揚げ
みかん
きりたんぼ鍋 2日

フルーツヨーグルト
豆のマリネ
シーフードカレー 9日

そばろ炒め
ちくわのごま揚げ
ふりかけ
具だくさん味噌汁 16日

コーンキャベツ
手羽元の照り煮
デザート
コッペパン
ほうれん草のクリームスープ 23日

小松菜のおかかあえ
大豆入りツナごはん
豚汁 3日

小松菜の煮びたし
サバの香味揚げ
アサリの佃煮
ちゃんこ鍋 10日

ごまあえ
大根と豚肉の煮物
納豆
岐福(ぎふ)味噌汁 17日

切り干し大根の煮つけ
親子丼
味噌汁 24日

てっちゃん
せんいくん
わしょっくん
鉄分が多い献立の日
食物せんいが多い献立の日
「日本型食事」の日

「早寝・早起き・朝ご飯」
しっかり手洗い・うがい

冬休みも
規則正しい
生活をしよう

このマークは
ふるさと食材の日です。
すべての献立に 岐阜県産の食材が
使われています。