

令和6年12月給食盛り付け表

岡山市立建部学校給食センター
(小学校用)

12月の給食目標

冬の食事について考えよう！

冬野菜には、ビタミンCやβカロテンが
たっぷりの野菜が多くあり、栄養満点です。
給食にもたくさん登場するよ。



2日(月) さけの香草パン粉焼き ピンズスープ レーズパン 	3日(火) なし(あたごなし) 小魚アーモンド 厚揚げの中華煮 ごはん 	4日(水) あじの香味揚げ すいとん むぎ 麦ごはん 	5日(木) おひたし うどん カレーなんばん 	6日(金) みずな 水菜の即席漬 みそおでん ごはん
9日(月) かぼちゃのチーズ焼き かぶらスープ こめこ 米粉パン 	10日(火) いかの揚げ煮の具 かきたま汁 いかの揚げ煮 	11日(水) きり干し大根 おかかあえ とりちゃんこ ごはん 	12日(木) 華風サラダ 中華めん 北海ラーメン 	13日(金) さわらのゆずみそかけ 含め煮 むぎ 麦ごはん
16日(月) レモンサラダ ボルシチ スイートポテト パン 	17日(火) わか 若どりのハーブフライ クリスマス デザート(いちごゼリー) とうにゅう 豆乳スープ トマトピラフ 	18日(水) さけの塩こうじ焼き ぶたじ 豚汁 ごはん 	19日(木) ひじきとツナのサラダ ソフトめん たらこスープスパゲティ 	20日(金) ゆず香あえ ごはん

ふゆやさい 冬野菜レンジャー参上

冬野菜は、免疫力を高める効果があります。おいしくいただきます♪

