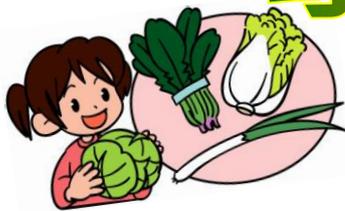


旬の食材を利用した 給食レシピ紹介



小学校



牛乳は毎日出ます

月	こ ん だ て
4月	麦入りご飯, さばの香辛焼き, もやしとニラのごま和え , 牛肉と野菜のうま煮
5月	麦入りご飯, 揚げがつおのみそがらめ , 若竹汁 , ふりかけ(ひじきぱっぱ), オレンジ
6月	ぶどうパン(減量), とり肉とカシューナッツの炒めもの , わんたんスープ, メロン
7月	麦入りご飯, 夏野菜カレー , フルーツみつ豆, ミニフィッシュ
8・9月	中華麺, マーボーなすソース, ナムル, アセロラゼリー
10月	パン, りんごジャム, ゆで野菜, 香味ゆずドレッシング, きのこのシチュー , アセロラゼリー
	まいたけご飯 , さばの味噌煮 , もやしとニラのごま和え, なし
	麦入りご飯, 白身魚のチーズフライ, おひたし, 里芋の中華煮
	栗おこわ , 焼魚(さばのもみじ漬), ごまあえ, みそ汁
11月	はちみつパン, さつまいものシチュー , ゆで野菜, 和風ごまドレッシング, キウイ
12月	パン, チョコレートクリーム, 白身魚の味噌チーズ焼き, はくさいとむき身のスープ , みかん
	麦入りご飯, セルフ二色丼, かぶとじゃがいものあられ汁 , みかん
1月	アップルパン, 卵のココットむし, かぶ入り野菜スープ , グレープゼリー
	麦入りご飯, 鮭のカレー風味揚げ, 大根とこんにゃくの炒め煮 , キャベツの塩もみ
	麦入りご飯, ぶりの照り焼き , からしあえ, みそ汁, 野菜カレーふりかけ
2月	パン, いちごジャム, マカロニグラタン, キャベツのスープ , みかん
	揚げパン, ハンバーグ, 白菜スープ , いよかん
3月	麦入りご飯, 五目ちらし寿司, うしお汁 , ひなあられ

中学校

月	献 立
4月	麦入りご飯, 手巻き寿司, 土佐煮 , グレープフルーツ
5月	たけのご飯 , あじのチーズ焼き, ピーナツ和え, オレンジ
6月	ごまバンズパン, セルフチーズハンバーガー, レタス, サマーシチュー , みかん
7月	麦入りご飯, 豚肉のバーベキューソースかけ, とうがんスープ , ゴーヤチャンプルー , 冷凍パイ
8・9月	麦入りご飯, いわしフライ , ゆで野菜, 中華ドレッシング, 豚肉と切干大根の炒めもの
10月	麦入りご飯, ハンバーグ, 和風きのこソース , ひじきと大豆の炒り煮, おひたし, オレンジ
11月	麦入りご飯, ハムカツ, からしあえ, 里芋の中華煮
12月	わかさぎの和風マリネ , ピーナツあえ, さつまい, 味付けのり
1月	麦入りご飯, 豚肉の味噌漬け焼き, 小松菜と桜海老の炒めもの , いもの子汁 , 洋梨ゼリー
2月	麦入りご飯, ぶりの照り焼き , 五目きんぴら , みそ汁 (ほうれん草・油揚げ・白菜)
3月	ごまバンズパン, セルフハムカツサンド, レタス, あさりのチャウダー , オレンジ