12月 定時制Ⅲ部学校給食献立表

福岡県立博多青松高校

19日食育デー、 22日　冬至

日	曜	Cal	献立名								アレルギー食品
			主食	主菜	副菜	副菜2	添え物	汁物	果物・デザート	牛乳	
1	金	984	麦ご飯	鶏のねぎマヨネーズ焼き	根菜と春雨の炒め物		エビカツ	かぼちゃのみそ汁		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,いか,牛肉,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,まつたけ,りんご
4	月	916	ご飯	高野豆腐と野菜の煮物	ひじき入りお浸し	納豆	ヒレカツ	椎茸とかまぼこのすまし汁		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,大豆,鶏肉
5	火	850	ご飯	れんこんのはさみ揚げ	ひじきの炒め煮	わかめの酢の物		豆腐と白菜のみそ汁		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,ごま,さば,大豆,豚肉,りんご
6	水	860	ビーフシチュー	えびとアスパラのソテー	豆のサラダ					牛乳	えび,小麦,乳,牛肉,大豆,鶏肉,バナナ,りんご
7	木	1,012	麦ご飯	酢豚	ツナとほうれん草の中華和え		春巻き	中華スープ		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,牛肉,くるみ,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,りんご,ゼラチン,アーモンド
8	金	987	チキンカレー（麦ご飯）		小松菜とウインナーのソテー		ササミチーズフライ		フルーツヨーグルト和え	牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,いか,ごま,大豆,鶏肉,豚肉
11	月	893	麦ご飯	豆腐キムチチゲ	五目きんぴら	キャベツのピーナッツ和え	水餃子		りんご	牛乳	えび,かに,小麦,乳,落花生（ピーナッツ),カシューナッツ,くるみ,ごま,大豆,豚肉,りんご,ゼラチン,アーモンド,鶏肉
12	火	900	ご飯	オムレツ	ポトフ	小松菜とツナのサラダ				牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,いか,牛肉,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,まつたけ,りんご
13	水	860	麦ご飯	さばのみそ煮	ほうれん草のじゃこ炒め	梅おかかサラダ		魚そうめん汁		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,いか,牛肉,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,まつたけ,りんご
18	月	909	ご飯	寄せ鍋	卵焼き	切干大根のごま和え	味付けのり			牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,いか,牛肉,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,まつたけ,りんご
19	火	953	ご飯	鶏肉と厚揚げのうま煮	野菜の昆布和え		野菜コロッケ	もずく汁	福岡みかん	牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,いか,牛肉,くるみ,ごま,さけ,さば,大豆,鶏肉,豚肉,やまいも,りんご,ゼラチン,アーモンド
20	水	875	チキンライス	コロッケ	ゆでキャベツ	コーンクリームスープ			オレンジ	牛乳	小麦,卵,乳,オレンジ,牛肉,大豆,鶏肉,豚肉
21	木	803	ご飯	ちくわのカレー揚げ	豚肉と昆布の炒め物	大根とほうれん草のサラダ		なめこのみそ汁		牛乳	えび,かに,小麦,卵,乳,いか,牛肉,ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,まつたけ,りんご
22	金	898	ご飯	さんまのゆずみそ煮	春雨の酢の物	かぼちゃのそぼろ煮		けんちん汁		牛乳	えび,かに,小麦,乳,いか,ごま,大豆,鶏肉

Merry Christmas