_					令和3年度 12月給食予定献立表 變					岩国学校給食	セン	ター			
	羅			献立名	主に体をつくるもとになる(赤)		主な材料 主に体の調子を整えるもとになる(線)		実際値 実際値						
1	PEE.			NA 32. 13	主に体をしても	5 2群	3群	を整えるもとになる (株)	きにエネルギーのも	とになる (美)	RA	(\$<\$£(\$) ② 中学(\$			
,1	-tr		A.10	ミートボールのトマト煮	ミートボール	ぎゅうにゅう	にんじん トマト パセリ	たまねぎ ぶなしめじ	パン さつまいも さとう	あぶら	639	780			
	水	コッペバン	Ü	れんこんサラダ	まぐろみずに		にんじん	れんこん		たまごぬき 卵抜マヨネーズ ごま	22.5	5 26.7			
2		ごはん	(M)	appe suc 摩焼玉子	たまご	ぎゅうにゅう			こめ	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		+			
	木			うま煮		16471647					i	740			
				そくせき ブ	とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも こんにゃく さとう		25.7	7 29.8			
·				即席漬け		くきわかめ	こまつな 019 0	キャベツ	<u> </u>	ごま	<u></u>				
			10	T .	T	T	ロシァ料理			- Inches of the second	·I	-T			
3	金	ごはん	Q(E)	ポークストロガノフ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	にんにく たまねぎ ぶなしめじ	ට්ත ප ර ව	あぶら	.1	758			
				オリビエサラダ	たまご		ICAUA	きゅうり	じゃがいも	たまごのき 卵抜マヨネーズ	22.	9 27.2			
		コッペパン		りんごジャム	,	ぎゅうにゅう		りんご	バン みずあめ さとう						
6	月			じゃがいもと豚肉のカレー炒め	ぶたにく			たまねぎ グリンピース	じゃがいも	あぶら		730 1 32.3			
	***************************************			ふわふわ玉子スープ	とうふ たまご	チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ	ハンこ		1				
				` `	I	学生	# 版 # 22 21 22 21 32 第 県 の 郷 土 料 理	1	1		_				
7		c→A 豆腐めし		ころで さばの塩焼き	とうふ さば		,								
	火			いそかあ	COME	ぎゅうにゅう	にんじん		こめ さとう	あぶら	,	779			
				機香和え		の り	こまつな にんじん	もやし),,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	ごま	31.0	37.5			
				おきりこみ	とりにく あぶらあげ	into cer transfer to the	(CAUA	だいこん ほししいたけ しろねぎ	ひらめん さといも	}	_	<u> </u>			
				1	T	若国伝統野菜	[笹川錦帯白菜	リが出ます	T		Ţ				
8	水				とりにく だいず	ぎゅうにゅう			パン パンこ こむぎこ	あぶら	688	821			
	木	コッペパン		ささがの さんたい ほくさい 笹川錦帯白菜のクリーム煮	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	はくさい たまねぎ		シチュールウ		37.2			
				ひじきとツナのサラダ	まぐろみずに	ひじき		とうもろこし キャベツ		たまごのさ 卵抜マヨネーズ ごま					
			8	はくどうふ 内豆腐	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ	こめ しらたき さとう	あぶら	638	791			
9				れんこんのごまマヨ和え	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	みずな にんじん	れんこん		たまごめさ 卵抜マヨネーズ ごま	25.0	29.3			
10				いわしフライ	いわし	ぎゅうにゅう	.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		こめ パンこ こむぎこ	あぶら		-			
	金	و بلد واقتحد		しおこんぶ ぬ	10430				CONVECTOR	1991/5	1	753			
		ごはん		Tablesto CS			こまつな	キャベツ		***************************************	25.8	29.0			
			\vdash	冬野菜のみそ汁	とうふ あぶらあげ むぎみそ		にんじん ねぎ	だいこん えのきたけ はくさい	さといも			\vdash			
13	角	ごはん	(1)(1)	れんこんカレー	とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	れんこん たまねぎ にんにく	ರ ಖ	あぶら カレールウ	J	741 26.1			
				小松栗サラダ	まぐろみずに		こまつな にんじん	レモン	さとう	あぶら		120.2			
		ごはん	(CE)	しゅうまい 2 個	ぶたにく	ぎゅうにゅう		たまねぎ しょうが	こめパンこ						
14	火			大根入り麻婆豆腐	とうふ ぶたにく あかみそ		にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ ほししいたり しょうが にんにく	さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら	1	821 7 34.2			
				ちゅうかぬ 中華和え	ЛΔ		ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	ごま ごまあぶら					
		コッペパン		ミートスパゲッティ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	にんにく しょうが たまねぎ	パン スパゲッティ	あぶら	580	710			
15	水			白菜とかぶのスープ	ベーコン		にんじん パセリ	かぶ はくさい			23.3	3 28.0			
			+	おでん	とりにく なまあげ うずらたまご			だいこん	こめ さといも こんにゃく さとう		\vdash	\top			
16	木	ごはん		(がんもどき)				AL-941-11-19-41-1-17-19-1-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-1			1	784			
				A.	だいず	ひじき	にんじん	ごぼう	さとう	あぶら たまごゆき 卵抜マヨネーズ ごま	28.0	33.5			
	-			ちくわのゴマネーズ和え	ちくわ		こまつな にんじん	キャベツ		卵抜マヨネーズ ごま	-	┼			
17 20		- 71-1		いわしのみぞれ煮	いわし	ぎゅうにゅう		だいこん	こめ でんぶん さとう		640	777			
	金月	ごはん		肉じゃが	ぶたにく ちくわ		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも こんにゃく さとう	あぶら	27.7	31.6			
				ごま酢和え			こまつな にんじん	もやし	さとう	ごま					
		ごはん	000	NSCはい さんじょく 大変入り三色そぼろ	とりにく たまご	ぎゅうにゅう		えだまめ しょうが	こめ スーバーおおむぎ さとう	あぶら	1	774			
				異団子汁	とりにく とうふ しろみそ むぎみそ	:	にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ ごぼう			29.6	34.5			
					を 至	CA だて いの くに 献立 若国	伝統野菜 [岩国	wが、説 赤大根」が出ます							
21			([[])	さばのゆずみそ煮	さばみそ	ぎゅうにゅう		ゆず	こめ さとう						
	火	ごはん		いりくにものだいこん もまずる 岩国赤大根の甘酢和え	あぶらあげ	taa kaa cadhayda, whayaradd qaaddayyyadaya gaaadaa ga l caa ga l bd gad l l	にんじん	いわくにあかだいこん	さとう	してま	1	792 29.6			
				かぼちゃのみそ汁	とうふ むぎみそ			エリンギ たまねぎ えのきたけ			20.7	25.0			
	水		900	しろめざかな			Mast Icobolae	TODA KARAS KNEKN			ļ				
22		-		白身魚のフライ	ほき	ぎゅうにゅう			バン こむぎこ バンこ でんぶん	たよごぬき	1	794			
		コッペパン		ごぼうサラダ	まぐろみずに		にんじん	ごぼう きゅうり	さとう	卵抜マヨネーズ ごま	26.5	30.2			
			<u></u>	ミネストローネ	ベーコン			たまねぎ キャベツ にんにく	じゃがいも	オリーブオイル		<u></u>			
		************************************	T	1			クリスマス献立		T	T	T	·T			
		キャロット ピラフ	ECTO COLOR		とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん あかピーマン	とうもろこし	ය න						
23	木			フライドチキン	とりにく だいず		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		でんぷん	あぶら	74-	00-			
				ブロッコリーサラダ		テーズ	プロッコリー	キャベツ とうもろごし	さとう	ごまあぶら		865 31.1			
				ポトフ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ かぶ はくさい	じゃがいも						
				クリスマスショコラケーキ	とうにゅう おから				さとう ごめこ カカオマス	あぶら		***************************************			
 %∓	辰空	⊅ ⊞⊅≈ ⊕ t	-t #2-2	】 予告なく変更する場合があります		(1800年では188年)	STORES OF SHALL SHOW IN THE STORE			1	-				