



12月 中学校給食予定献立



平成24年 中学校用献立 室蘭市学校給食センター 北海道室蘭市祝津町3-6-100 TEL:0143-27-2511 FAX:0143-27-2512

日	主食	温食	副食	体をつくる	エネルギーになる	体の調子を整える	エネルギー
3 (月)	コッペパン	ラビオリスープ	・メンチカツ ・チョコクリーム	ぎゅうにゅう メンチカツ ぶたにく	コッペパン・あぶら じゃがいも・ラビオリ チョコクリーム	にんじん・パセリ たまねぎ・ブロッコリー ほうれんそう	767
4 (火)	わかめごはん	桜蘭中 1-6 5班リクエスト うどんじる		ぎゅうにゅう とりになくと あぶらあげ・わかめ	うどん・あぶら ごはん さんおんとう	ながねぎ・ごぼう にんじん やさいかきあげ	766
5 (水)	メロンパン	野菜のデミグラスソース煮	・かにクリームコロッケ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまクリーム	メロンパン・あぶら じゃがいも・バター さとう かにクリームコロッケ	たまねぎ・にんじん グリーンピース・にんにく トマト・ブロッコリー	887
6 (木)	ごはん	☆西いぶりなかよし給食☆ うずらとホタテのカレー		ぎゅうにゅう・ホタテ なまクリーム うずらたまご	ごはん じゃがいも・ゼリー バター	たまねぎ・トマト にんじん・りんご にんにく	859
7 (金)	ごはん	彩り煮	・さんま削り節煮	ぎゅうにゅう・とりになくと さんまけずりぶしに げんきボール	ごはん・さつまいも さんおんとう こんにやく	ごぼう・にんじん だいこん・えだまめ たけのこ	776
10 (月)	ごはん	キャベツと豚肉の味噌炒め	・春巻き	ぎゅうにゅう・みそ ぶたにく・あかみそ あつあげ	ごはん・さとう はるまき あぶら	キャベツ・ピーマン たまねぎ・しょうが にんじん・にんにく	856
11 (火)	赤かぶと青菜ごはん	黒醤油ラーメン	・えびシューマイ(2こ)	ぎゅうにゅう・わかめ ぶたになくと えびシューマイ	ごはん ラーメン あぶら	たけのこ・もやし ながねぎ・にんにく あかかぶあおな	765
12 (水)	ソフトフランス	クリスマスメニュー ホワイトシチュー		ぎゅうにゅう・とりになくと グリルチキンハーブ なまクリーム	ソフトフランス・あぶら クリスマスオムレット じゃがいも・バター	にんじん・たまねぎ ほうれんそう グリーンピース・コン	881
13 (木)	蜂蜜パン	豚肉と野菜のハヤシ煮	・スペイン風オムレツ	ぎゅうにゅう・ぶたにく スペインふうオムレツ なまクリーム	さとう・バター どうみつパン あぶら	たまねぎ・えだまめ にんじん・にんにく マッシュルーム・トマト	830
14 (金)	ごはん	キムチ鍋風煮	・きんぴらごぼう	ぎゅうにゅう やきどうふ あかみそ・ぶたにく	ごはん しらたき あぶら・ごま	にら・はくさい・えのき にんじん・みずな しょうが・ごぼう にんにく	765
17 (月)	ごはん	ワンタンスープ	・牛肉コロッケ ・ソース	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにゅう・コロッケ	ごはん ワンタンのかわ あぶら	にんじん・しいたけ ながねぎ はくさい	790
18 (火)	コッペパン	ベーコンとかぶのクリーム煮	・かぼちゃかのご揚げ ・いちごジャム	ぎゅうにゅう ベーコン なまクリーム	コッペパン・あぶら じゃがいも・バター いちごジャム	かぶ・はくさい・コン たまねぎ・かぼちゃ パセリ にんじん・えだまめ	772
19 (水)	黒糖パン	ミートソーススパゲティー	・ミートボール(2こ)	ぎゅうにゅう・だいず ぶたにく・こなチーズ ミートボール	ことうパン・さとう スパゲティー あぶら・バター	グリーンピース・にんにく たまねぎ・トマト にんじん	847
20 (木)	ごはん	みそおでん	・わらずかしょうゆフライ	ぎゅうにゅう・こんぶ みそ・うおがしあげ わらずかしょうゆフライ うずらたまご あかみそ	ごはん こんにやく さとう・あぶら	だいこん にんじん たまねぎ・ごぼう	766
21 (金)	ごはん	肉じゃが	・鮭フライ ・しょうゆ	ぎゅうにゅう ぶたにく さけフライ	ごはん・じゃがいも あぶら・さんおんとう しらたき	たまねぎ・しょうが グリーンピース にんじん	793

- ★ 牛乳は毎日つきます。 ★ お子様楽しく食べた給食です。給食費は忘れずに納めましょう。
- ★ 「はし」は、毎日持ってきてください。(はしは毎日洗いましょう。)
- ★ 都合により献立の一部を変更する場合があります。
- ★ アレルギー等で詳しい献立内容を確認したい場合は給食センター栄養教諭まで、ご連絡ください。
- ※ 室蘭市の学校給食センターホームページ

(アドレス <http://www.city.muroran.lg.jp/main/org9600.html>)

※ 献立表はメールでも配信しております。(アドレス http://www.city.muroran.lg.jp/im/org2260/mail_k.html)

右のQRコードからでも登録ページへ進むことができます。



当日パン

13日

港南・北辰
星蘭・翔陽

