

【6年生登校:6年担任の先生へ】
6年生は、量調整しているの、個数もの数が
異なったり、デザート等がつかなかったりと、この図の
とおりではありません。小学校へ送付している6年生
登校用献立表を確認し、配膳時にご注意ください。



12月の献立(盛り付け図)



中学校給食配食図：こんだてだより

2021. 12 学校給食課

給食の前には 準備をしよう 片付ける時は、食器の中には食べ残しやごみ等を残さないようにしましょう。 同じ種類(色)の食器を重ねて返却してください。	小学校の給食では、毎年12月にはクリスマス献立として、ケーキが出る日がありましたね。クリスマスには少し早いですが、15日(水)に中学校給食でも実施します。 (卵・乳・小麦)を使っていないケーキを選んでいきます。	1日(水) もやしの ごま和え 野菜 かき揚げ ごはん 肉じゃがいも	2日(木) ブロッコリー マヨネーズ かぼちゃ コロッケ かつおのふりかけ ごはん クリーム シチュー	3日(金) みかん (缶詰) さばの 塩こうじ 焼き 揚げそば しそのふりかけ 5g減量 ごはん 揚げそばの あんかけ パンかごに入った 袋入り麺を配る 汁物より少なめ
6日(月) キムチ どんぶり 米粉の チヂミ めざし ごはん わかめスープ	7日(火) 煮汁も一緒に盛り付けると、 よりおいしく食べられますよ！ 五目豆 赤魚の 煮つけ のりのつくだ煮 ごはん みそ汁	8日(水) 三色サラダ (和風たまねぎ ドレッシング) (クラス1本) ささみ フライ キャンディ型チーズ ごはん ポークカレー	9日(木) 肉ボールの 甘辛煮 わかめサラダ (青じそドレッシング) (クラス1本) 目安:1人5個位 さけのふりかけ ごはん たぬき汁	10日(金) ごぼう サラダ (ごまクリーミー ドレッシング) (クラス1本) ほきフライ ヨーグルト ごはん ポトフ 汁物より少なめ
13日(月) 白菜の 煮びたし さけの から揚げ のりとかつおのふりかけ ごはん かきたま汁	14日(火) 小魚ミックス ハンサンスー (中華ドレッシング) (クラス1本) ミニ肉まん 汁物より少なめ ごはん マーボー豆腐	15日(水)クリスマス献立 ペペロン チーノ スパゲティ 鶏肉の ケチャップ ソースかけ ケーキ 目安:1人4個位 10g減量 コッペパン キャベツの スープ	16日(木) きゅうりと わかめの 和え物 (ポン酢) (クラス1本) にしんの かば焼き風 にしんは、骨まで食べられる よう加工したものです。 汁物より少なめ ごはん おでん	17日(金) もやし サラダ プレーン オムレツ (柑橘ドレッシング) (クラス1本) 三角チーズ ごはん 米粉の ハヤシシチュー
○ごはん碗(黄色の碗)・・・ごはんを入れます。 ○大碗(白色の碗)・・・大食缶に入っている汁物や煮物等のおかずを入れます。 ○仕切り皿・・・真ん中に仕切りがあるお皿です。 中食缶やバットに入っているおかず等を入れます。 ○牛乳は1人1本、ストローも1人1本ずつ配ってください。 ○はし、スプーンは各自持参です。 ナフキンをしいた机の上に持ってきたものを準備しましょう。		ごみのかさは小さくしよう！！ ○ヨーグルト等の重ねられる空容器は重ねて、かさを小さくしましょう。 15日のケーキの箱は平たくつぶして下さい。 ○空の牛乳パックはたたんで並べ、配膳室までかごに入れたまま運びましょう ○パンの袋等、ごみを袋にまとめた後は、抑えて空気を抜いておきましょう。		3日(金) ＊ ＊ さばの塩こうじ焼き ＊ ＊ 塩こうじの「こうじ」とは、蒸したお米に「こうじ菌」とよばれる菌を付け、繁殖・発酵させたものです。菌といっても食べたらず体に害があるわけでは ありません。塩こうじ以外にも、みそやしょうゆなど、普段食べているもの の中にも、こうじ菌を使った食材があります。塩こうじは、食材のうまみを 引き出し、タンパク質を分解することで、肉や魚を柔らかく する働きがあります。今回は塩こうじに漬けたさばを 焼き上げた献立です。ほぐしながら骨に気を付けて食べましょう。