



# 12月の献立



毎月 19 日は  
食育の日

中学校【門司・小倉北・小倉南区】

月	火	水	木	金
<p>1 即席漬け</p> <p>牛乳</p> <p>チキンカツカレー (麦ご飯)</p> <p>チキンカツをのせませす</p> <p>ご飯にかけます</p>	<p>2 お楽しみ献立</p> <p>若松潮風キャベツのコールスロー</p> <p>牛乳</p> <p>ガトーショコラ</p> <p>黒砂糖パン</p> <p>ローストチキン</p> <p>かぶのミネストローネ</p>	<p>3</p> <p>牛乳</p> <p>2尾ずつ</p> <p>ひじきの炒め煮</p> <p>ししゃもの天ぷら</p> <p>ご飯</p> <p>むらくも汁</p>	<p>4 小学生レシピコンクール献立</p> <p>牛乳</p> <p>だいこんのごまツナサラダ</p> <p>五目厚焼卵</p> <p>お魚ふりかけ</p> <p>減量ご飯</p> <p>小松菜と鶏肉のあんかけうどん</p>	<p>5</p> <p>牛乳</p> <p>2個ずつ</p> <p>いりごと大豆のからめ和え</p> <p>焼きギョーザ</p> <p>中華どんぶり</p> <p>ご飯にかけます</p>
<p>8</p> <p>牛乳</p> <p>納豆(たれ付)</p> <p>はくさいと小松菜の煮びたし</p> <p>ご飯</p> <p>豚肉とじゃがいもの含め煮</p>	<p>9 大学コラボ献立 (東筑紫短大)</p> <p>牛乳</p> <p>スパイシーポテト</p> <p>イタリアンドレッシングサラダ (アーモンド入り)</p> <p>ミルクパン</p> <p>冬至の七福シチュー</p>	<p>10</p> <p>牛乳</p> <p>バナナ</p> <p>あさりと野菜のドレッシング和え</p> <p>ご飯</p> <p>親子そば煮</p>	<p>11 野菜の日献立</p> <p>牛乳</p> <p>大豆ふりかけ</p> <p>野菜ソテー</p> <p>ホキのコロコロカレームニエル</p> <p>ご飯</p> <p>ロマネスコのクリーム煮</p>	<p>12 関門交流給食</p> <p>牛乳</p> <p>2尾ずつ</p> <p>日本全国味めぐり(山口県)</p> <p>みかん</p> <p>ふぐのから揚げ</p> <p>ご飯</p> <p>けんちょう</p>
<p>15 カミカミ献立</p> <p>牛乳</p> <p>じゃがチーズ</p> <p>カミカミチキンチキンごぼう</p> <p>ご飯</p> <p>豆腐の中華風スープ</p>	<p>16 ワールドツアー2025(フィンランド)</p> <p>牛乳</p> <p>スライスチーズ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>肉団子のブラウンソース</p> <p>パン(県産小麦粉)</p> <p>きのこのクリームスープ</p>	<p>17</p> <p>牛乳</p> <p>マカロニあべ川</p> <p>キャベツのアーモンド炒め</p> <p>ご飯</p> <p>関東煮</p>	<p>18</p> <p>牛乳</p> <p>ノンエッグマヨネーズ</p> <p>ブロッコリー</p> <p>レバーのオーロラソース</p> <p>ご飯</p> <p>かきたまはるさめスープ</p>	<p>19 食育の日 和食献立</p> <p>牛乳</p> <p>キャベツとうまろーまのごま和え</p> <p>豚肉のしぐれ煮</p> <p>ご飯</p> <p>だいこんのみそ汁</p>
<p>22 行事食 冬至</p> <p>牛乳</p> <p>はくさいのゆず香和え</p> <p>さばのみそ煮</p> <p>ご飯</p> <p>冬至のかぼちゃ団子汁</p>	<div> <p>* 地場産の食材</p> <p>ほうれんそう、小松菜、大葉春菊 かつお菜、ブロッコリー、だいこん かぶ、たけのこ、わかめ じゃがいも ロマネスコ、キャベツ、みずな</p> </div> <div> <p>* 旬の食材</p> <p>ほうれんそう、小松菜、大葉春菊 かつお菜、ブロッコリー、だいこん れんこん、かぶ、はくさい ロマネスコ、みかん、ゆず(果汁)</p> </div> <div> <p>16日 肉団子のブラウンソース (リハプッラ)</p> <p>きのこのクリームスープ (シエニケイト)</p> </div>			