令和5年12月　　豊能町立中学校給食献立表(小学生用)　　通常食

月	火	水	木	金
				1 牛丼 小松菜とコーンの炒め物 白菜のゆず和え 大根炊き 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ655kcal
4 サバの塩焼き 高野豆腐の含め煮 オクラの和え物 黒糖きなこ餅 海苔の佃煮 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ734kcal	5 豚肉とキャベツのみそ炒め煮 ブリの照り焼き 小松菜とじゃこの和え物 パイン缶 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ727kcal	6 プルコギ マカロニサラダ ほうれん草のお浸し チーズ 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ711kcal	7 鶏肉のグリルオニオンソースがけ ナポリタン こふき芋 ミニいちごゼリー 牛乳 麦ロール ｴﾈﾙｷﾞｰ746kcal	8 ヒレカツ 大根サラダ ミックスフルーツ 福神漬 カレー 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ850kcal
11 鶏の竜田揚げ 厚揚げと大根の煮物 いんげんとツナの和え物 ミニグレープゼリー 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ767kcal	12 牛肉炒め ジャーマンポテト 春雨サラダ みかん缶 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ730kcal	13 肉団子の中華あんかけ 焼きそば 小松菜と人参の和え物 りんご缶 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ785kcal	14 サワラの味噌煮 キャベツサラダ きんぴらごぼう さつま芋炊き 青じそドレッシング小袋 牛乳 梅ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ670kcal	15 照焼きチキン スパゲティサラダ ほうれん草としめじのお浸し ヨーグルトゼリー 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ737kcal
18 エビカツ 切干大根の煮物 だし巻き卵 ふかし芋 ソースパック 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ731kcal	19 牛肉のしぐれ煮 キャベツサラダ 白菜とツナの炒め物 抹茶餅 ポン酢小袋 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ695kcal	20 豚肉ともやしの卵炒め チキンナゲット オクラの和え物 きのこのポン酢和え ふりかけ 牛乳 ごはん ｴﾈﾙｷﾞｰ754kcal	21 タンドリーチキン ミニ揚げパン(きな粉) ポテトサラダ 大根のコンソメ煮 牛乳 ロールパン ｴﾈﾙｷﾞｰ780kcal	22

※献立は交通事情や購入、天候その他の都合で変更することがあります。ご了承ください。