

12月の予定献立

月	火	水	木	金
				1日《リクエストメニュー》
				野菜たっぷり油そば 中華麺、チャーシュー、キャベツ、もやし、玉葱、人参、メンマ、万能葱、白ごま、刻みのり ※穀物酢、ラー油
				エビ餃子 エビ餃子 ※醤油
				ヨーグルト ヨーグルト、ブルーベリーソース ～ブルーベリーソース～
4日《コンテスト入賞メニュー》	5日	6日	7日	8日
牛乳・乳製品利用料理コンクールで 本校のシェフが入賞した リゾットを給食で再現します☆ お楽しみに♪	さつまいもご飯 精白米、もち米、さつまいも、黒ごま	オンライン授業	ご飯 精白米	ハヤシライス 精白米、牛肉、マッシュルーム、玉葱、人参、グリーンピース
	はんぺんと 三つ葉のお吸い物 三つ葉、はんぺん、みつ葉		白湯スープ 白菜、ハム、木耳、長葱	スープ ほうれん草、コーン、ベーコン
	ほっけの利休焼き ほっけ、白ごま ／付：しし唐		牛肉のブルコギ 牛肉、玉葱、人参、竹の子、春雨、エリンギ、ニラ、白ごま	サラダ ペペーリーフ、リーフレタス、フライドオニオン ※ドレッシング
	厚揚げと野菜の味噌煮 厚揚げ、こんにゃく、人参、里芋、竹の子、枝豆		ナムル 小松菜、もやし、ぜんまい	果物 オレンジ
			チーズポテトボール チーズインポテトボール ※ケチャップ	
11日	12日	13日	14日	15日 《光塩短大×北海道産牛肉》 ウェルカム・コラボ 2023
五穀ご飯 精白米、五穀米	ピタパン ピタパン・60g	オンライン授業	ベーコンと小松菜の クリームスパゲッティ スパゲッティ、ベーコン、小松菜、マッシュルーム、しめじ	ぎゅうつと香る 精白米、道産牛肉、ゴボウ、人参、錦糸卵、大葉、刻みのり、がり、生姜、白ごま
小松菜のみそ汁 小松菜、油揚げ、長葱	カレー風味スープ レッドキドニー、人参、セロリ、カレー粉		スープ ズッキーニ、人参、玉葱、パセリ	ちらし寿し なめこ、三つ葉
豚肉の生姜焼き 豚肉、玉葱、キャベツ、人参 ※ドレッシング	チキンケバブ 鶏肉、玉葱、サニーレタス、トマト ※サウザンドドレッシング		茹で野菜のサラダ キャベツ、紫キャベツ、インゲン ※ドレッシング	赤だしみそ汁 白菜、胡瓜、もやし、かにかま
かぶの塩昆布和え かぶ、胡瓜、塩昆布	オニオンサラダ リーフレタス、赤玉葱、ツナ、コーン ※ドレッシング		デザート 焼きプリンタルト	ボン酢和え みかん
	果物 バナナ			
18日《和・麺・鶏》	19日《中・ご飯・加工》	20日	21日《冬至メニュー》	22日《クリスマスメニュー》
きつねうどん うどん、油揚げ、鶏肉、玉葱、ほうれん草、板かまぼこ、人参、長葱	焼き豚チャーハン 精白米、焼き豚、卵、万能葱、枝豆、紅生姜	オンライン授業	十五穀米 精白米、十五穀米	ローストチキンやクリスマスケーキを提供します！お楽しみに🎄🎁🌟
大学芋 さつま芋、黒ごま	中華スープ キャベツ、木耳、人参、白ごま		根菜のみそ汁 レンコン、さがきごぼう、大根、人参、大根菜	
果物 キウイフルーツ	水菜としらすのサラダ 水菜、青梗菜、もやし、しらす ※ドレッシング		鮭の袖庵焼き 鮭、袖子／付：はじかみ	
	デザート ごま団子		白菜の甘酢和え 白菜、胡瓜、針生姜、かいわれ大根	
			南瓜のいとこ煮 南瓜、ゆであずき	