

月	火	水	木	金
				1
				<ul style="list-style-type: none"> ・さわらのゆうあん焼き ・ブロッコリーのタラマヨ和え ・ごはん ・みそ汁 <p>エネルギー 643 kcal 脂質 15.6g たんぱく質 27.0g 食塩 2.6g</p>
4	5	6	7	8
<ul style="list-style-type: none"> ・里芋と鶏肉のこくまる煮 ・もやしの酢の物 ・ごはん ・かきたま汁 <p>エネルギー 641 kcal 脂質 13.2g たんぱく質 23.1g 食塩 2.6g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉のゆずみそ焼き ・うの花 ・ごはん ・すまし汁 <p>エネルギー 683 kcal 脂質 15.6g たんぱく質 29.1g 食塩 2.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・白身魚のハーブパン粉フライ ・チンゲン菜のごま和え ・ごはん ・みそ汁 <p>エネルギー 643 kcal 脂質 16.0g たんぱく質 25.7g 食塩 3.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ミートボールとお豆のトマトポトフ ・ゆず風味サラダ ・ごはん <p>エネルギー 697 kcal 脂質 19.9g たんぱく質 24.6g 食塩 2.7g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉と野菜の黒酢炒め ・ひじき大豆 ・ごはん ・みそ汁 <p>エネルギー 650 kcal 脂質 11.4g たんぱく質 25.1g 食塩 3.1g</p>
11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> ・さばの煮つけ ・小松菜と桜えびの和え物 ・ごはん ・茶碗蒸し <p>エネルギー 671 kcal 脂質 17.1g たんぱく質 35.4g 食塩 3.1g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉とごぼうの生姜あんかけ丼 ・ほうれん草のなたね和え ・みそ汁 <p>エネルギー 631 kcal 脂質 15.7g たんぱく質 23.3g 食塩 3.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・からあげの香味ねぎだれかけ ・三色酢の物 ・ごはん ・すまし汁 <p>エネルギー 692 kcal 脂質 22.7g たんぱく質 22.9g 食塩 3.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・石狩鍋風(鮭と豆腐のみそ風味鍋) ・しゅうまい ・ごはん ・みかん <p>エネルギー 665 kcal 脂質 12.9g たんぱく質 23.4g 食塩 2.7g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・具だくさん和風なめたけオムレツ ・梅おかか和え ・ごはん ・みそ汁 <p>エネルギー 631 kcal 脂質 15.2g たんぱく質 24.8g 食塩 3.1g</p>
18	19	20	21 セレクト給食	22
<ul style="list-style-type: none"> ・親子うどん ・よどのコロッケ 2種 ・メープルブチケーキ <p>エネルギー 651 kcal 脂質 21.1g たんぱく質 25.5g 食塩 3.2g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・冬野菜と高野豆腐のマーボー炒め煮 ・小松菜の生姜じょうゆ和え ・ごはん ・すまし汁 <p>エネルギー 642 kcal 脂質 16.3g たんぱく質 27.6g 食塩 2.4g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・根菜ハンバーグ ・もやしのサラダ ・ごはん ・ミルクスープ <p>エネルギー 687 kcal 脂質 16.7g たんぱく質 26.2g 食塩 2.3g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・キーマカレーのトッピング (エビフライ/スクランブルエッグ) ・福神漬 ・かぶの温野菜サラダ <p>エネルギー 670/669 kcal 脂質 18.8/19.2g たんぱく質 20.1/18.8g 食塩 3.9/4.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭のソテー クリームソースがけ ・キャベツの洋風卵とし ・ごはん ・カレー風味のスープ <p>エネルギー 654 kcal 脂質 12.0g たんぱく質 29.3g 食塩 2.4g</p>
25	26	27	28	29
<ul style="list-style-type: none"> ・ローストチキン ・～椋島さんオリジナルソース～ ・ショコラロールパン&バターロール ・ミニストロネ ・クリスマスデザート <p>エネルギー 705 kcal 脂質 32.9g たんぱく質 28.4g 食塩 3.6g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・筑前煮 ・湯豆腐のあんかけ ・ごはん ・みそ汁 <p>エネルギー 667 kcal 脂質 13.4g たんぱく質 23.2g 食塩 3.3g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・冬野菜とタラの粕煮(かすに) ・かぼちゃのヨーグルトサラダ ・ごはん ・かきたま汁 <p>エネルギー 652 kcal 脂質 7.6g たんぱく質 23.5g 食塩 3.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと足早く 年越し天ぷらそば ・ブロッコリーの和え物 ・ミニフルーツパフェ <p>エネルギー 652 kcal 脂質 14.4g たんぱく質 21.8g 食塩 3.5g</p>	