

<p>☆献立について☆</p> <p>○寒い時期なので、温かいスープや汁物を多く取り入れました。</p> <p>○冬を健康に過ごすために、季節の緑黄色野菜を多く取り入れました。</p> <p>○12月22日の冬至にちなみ、かぼちゃを使った献立「かぼちゃのふくめ煮」を取り入れました。</p> <p>○郷土料理の献立として、山梨県の料理「ほうとう」を取り入れました。</p> <p>○国際理解の献立として、ノルウェー料理(ヒョットカーケ・フィスクシュッペ)とハンガリー料理(グヤーシュ)とスリランカ料理(サバカレー・ポテトテルダラ)を取り入れました。</p>			<p>1 高等部入学選考(届出休校)</p> 		<p>2 だいた加工品について知る</p> <p>麦ごはん 精白米 米粒麦</p> <p>みそ汁 油揚げ はくさい ねぎ えのきたけ みそ</p> <p>豆じゃが だいた 豚肉 凍り豆腐 米油 砂糖</p> <p>黒みつゼリー 含みつ糖 寒天 グラニュー糖</p> <p>牛乳</p>			
			<p>8 国際理解</p> <p>スリランカ料理を味わう </p> <p>ターメリックライス はいが米 ターメリック</p> <p>ポテト・テルダラ じゃがいも たまねぎ にんにく 米油 削り節 ターメリック コリアンダー</p> <p>サバカレー さば たまねぎ トマト缶 にんにく しょうが にんにく 米油 ヨーグルト ターメリック クミン コリアンダー</p> <p>プルーンはっこう乳</p>		<p>9 季節の食品かぶを味わう</p> <p>ぶどうパン ベーコン じゃがいも</p> <p>かぶのスープ煮 かぶ ブロッコリー</p> <p>鶏肉とこまつなの スパゲティ ミックスフルーツ</p> <p>スパゲティ 鶏肉 たまねぎ こまつな しめじ にんにく オリーブ油 輪とうがらし</p> <p>砂糖 牛乳</p>			
<p>5 国際理解</p> <p>ノルウェー料理を味わう </p> <p>コッペパン りんごジャム</p> <p>こぶきいも じゃがいも</p> <p>フィスクシュッペ さけ たら たまねぎ にんじん</p> <p>豚肉 鶏肉 たまねぎ でんぶん セロリ 米油 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム</p> <p>マッシュルーム トマト缶 生クリーム</p> <p>牛乳</p>	<p>6 季節の食品こまつなを味わう</p> <p>麦ごはん 精白米 米粒麦</p> <p>ツナとこまつなの炒め物 まぐろ水煮 まぐろ油漬 キャベツ こまつな 米油</p> <p>肉じゃが 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき 米油 砂糖</p> <p>鶏卵 豆腐 ねぎ えのきたけ でんぶん</p> <p>牛乳</p>	<p>7 五目豆について知る</p> <p>さといもごはん はいが米 さといも ごま</p> <p>つみれ汁 生つみれ しょうが みそ でんぶん だいこん にんじん ねぎ わかめ</p> <p>五目豆 だいた 鶏肉 さつま揚げ にんじん ごぼう こんにやく 昆布 砂糖</p> <p>牛乳</p>	<p>12 呉汁について知る</p> <p>麦ごはん 精白米 米粒麦</p> <p>呉汁 だいた 豆腐 油揚げ かぶ ねぎ ごぼう にんじん わかめ みそ</p> <p>豚肉とだいこんの煮物 豚肉 だいこん にんじん しょうが こんにやく 米油 砂糖</p> <p>牛乳</p>		<p>13 伝統的な豆料理について知る</p> <p>はいがごはん はいが米</p> <p>石狩汁 さけ じゃがいも だいこん ねぎ にんじん キャベツ こまつな みそ</p> <p>鶏ごぼうごはんの具 鶏肉 油揚げ ごぼう にんじん ごま 米油 砂糖</p> <p>煮豆 金時豆 砂糖</p> <p>牛乳</p>	<p>14 郷土料理</p> <p>山梨県の郷土料理を味わう</p> <p>焼きいも さつまいも</p> <p>ごまあえ もやし ほうれんそう ごま 砂糖</p> <p>ほうとう ほうとう 豚肉 油揚げ かぼちゃ だいこん にんじん しめじ ねぎ みそ</p> <p>牛乳</p>	<p>15 タンドリーチキンを味わう</p> <p>ココアブレッド じゃがいも ブロッコリー クミン カルダモン</p> <p>豆のサブジ だいた 金時豆 いんげん豆 枝豆</p> <p>タンドリーチキン 鶏肉 ヨーグルト にんにく</p> <p>野菜スープ ベーコン たまねぎ にんじん キャベツ パセリ 米油</p> <p>牛乳</p>	<p>16 季節の食品さといもを味わう</p> <p>麦ごはん 精白米 米粒麦</p> <p>みそ汁 豆腐 油揚げ かぶ ねぎ こまつな みそ</p> <p>豚肉とさといものおろし煮 豚肉 さといも たまねぎ だいこん にんじん 米油 砂糖 でんぶん</p> <p>牛乳</p>
<p>19 国際理解</p> <p>ハンガリー料理を味わう </p> <p>丸パン キャベツ にんじん かぶ 米油 砂糖</p> <p>グヤーシュ 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん トマト缶 セロリ にんにく 米油 パプリカ</p> <p>牛乳</p>	<p>20 食育の日</p> <p>体を温める料理について知る</p> <p>ごはん 精白米</p> <p>さといもの磯煮 さといも ひじき 油揚げ にんじん 米油 砂糖</p> <p>たらちり たら 豆腐 鶏肉 はくさい ねぎ にんじん えのきたけ しゅんぎく しらたき ゆず</p> <p>こまつなふりかけ こまつな ごま ちりめんじゃこ ごま油</p> <p>牛乳</p>	<p>21 神奈川県産のみかんを味わう</p> <p>はいがごはん はいが米</p> <p>中華スープ 鶏卵 たまねぎ ねぎ チンゲンサイ はるさめ でんぶん ごま油</p> <p>県内産みかん 豆腐 豚肉 乾燥大豆 にんじん しょうが にんにく ねぎ 米油 みそ 砂糖 ごま油 テンメンジャン トウバンジャン でんぶん</p> <p>牛乳</p>	<p>22 行事食</p> <p>冬至について知る</p> <p>麦ごはん 精白米 米粒麦</p> <p>かぼちゃのふくめ煮 かぼちゃ 砂糖</p> <p>魚のゆずみそかけ カレイ ゆず みそ 砂糖</p> <p>沢煮椀 豚肉 はくさい にんじん ごぼう えのきたけ みずな しょうが でんぶん</p> <p>牛乳</p>	<p>23 ココアの栄養について知る</p> <p>はいがパン 精白米 米粒麦</p> <p>はくさいスープ ベーコン はくさい たまねぎ にんじん パセリ</p> <p>マカロニグラタン マカロニ 鶏肉 たまねぎ にんじん</p> <p>ココアゼリーオレンジソース ココア グラニュー糖 砂糖 寒天 牛乳 エリンギ ほうれんそう 米油 小麦粉 牛乳 生クリーム オレンジジュース コーンスターチ バター 脱脂粉乳 豆乳 チーズ パン粉</p> <p>牛乳</p>				

『第18回学校給食展』のお知らせ

横浜市の栄養教諭・学校栄養職員による学校給食展が開催されます。

日時:2022年12月10日(土) 11:30~15:30
 場所:新都市プラザ(そごう横浜地下2階入り口前)
 内容:給食に関する展示や映像など

お時間がありましたら、ぜひお越しください。



冬至は、1年の中で昼が一番短く、夜が一番長くなる日です。
 日本では、むかしから冬至にかぼちゃを食べて、「ゆず湯」に入る習慣があります。かぼちゃには、かぜを予防するはたらきがあります。

1月の給食は
 1月10日(火)から
 はじまります。