

12月 もりつけ表

令和7年度
氷見市立十三中学校

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|--|--|---|
| 1 ボロニアカツ 小松菜のオイスターソース炒め 坦々春雨スープ ご飯 | 2 ポークシュウマイ こんにゃくサラダ 冬野菜カレー ご飯 | 3 ミックスみそ豆 キャベツの福神漬け和え ワンタンスープ ご飯 | 4 ねぎ焼き 小松菜と切干大根のおひたし おでん ご飯 | 5 タンドリーチキン コーンサラダ ポトフ コッペパン |
| 8 かぼちゃチーズフライ 青菜のコーン和え キムチ汁 ご飯 | 9 豚肉としらたきのピリ辛炒め かぶの昆布和え さつま汁 ご飯 | 10 鶏のから揚げ 即席漬け 卵と小松菜の中華スープ ご飯 | 11 さばの塩焼き 小松菜のごまみそ和え 冬野菜の団子汁 ご飯 | 12 オムレツ 海藻サラダ ねぎのみそシチュー コッペパン |
| 15 厚焼き卵 スタミナ納豆和え すき焼き煮 ご飯 | 16 コロッケ ゆかり和え ほうとう 減量ご飯 | 17 豚肉の生姜炒め 変わり漬け にら玉汁 ご飯 | 18 ふくらぎの生姜たれかけ ゆずの香り和え 厚揚げとかぼちゃのみそ汁 ご飯 | 19 チキンナゲット② 野菜のソテー かぼのクリームスープ コッペパン |
| 22 クリスマスデザート もみの木ハンバーグ マカロニサラダ チキンカレー ご飯 | | | | |