



12月



Nisshin
日進市立学校給食センター

旬の食べもの

みかん さつまいも さといも ブロccoli 大根 ねぎ カリフラワー 白菜 ほうれん草

月

火

水

木

金

1日

2日

3日

4日

応募献立

5日

8日

9日

100年フード

10日

11日

12日

15日

16日

17日

18日

19日

食育の日
スウェーデン料理

22日

ニッシー給食
セレクトデザート

- A お米のタルト(乳・卵)
- B 米粉のいちごクレープ
- C 米粉のガトーショコラ

★
ツナの
レモンサラダ
★
星型コロケ

★
麦ごはん
★
米粉の
ハヤシライス

★は中学3年生のリクエスト給食です。

月曜日は人気メニュー！

- 1日 肉じゃが
- 8日 のっぺい汁、きんぴらごぼう
- 15日 米粉のカレーライス、みかん
- 22日 米粉のハヤシライス

めん・パンの日！

- 3日 肉みそかけ (ソフトめん)
- 5日 サンドイッチパンズパン
- (ハンバーグのケチャップソースかけ)
- 10日 あいちの米粉入りパン(鶏肉のハーブ焼き)
- 19日 クロワッサン (ショットブラール)

毎日が人気・おすすめメニュー

- 2日 キムタクごはん
- 11日 春雨スープ、ビビンバ
- 16日 みそおでん、れんこんサンドフライ
- 18日 かきたま汁

●スーパーフード

「スーパーフード」って知ってますか？「スーパーフード」は、「体によい栄養をたくさんふくんだ食べもの」のことです。少し食べるだけでも、たくさんのビタミンやミネラルなど、体を元気にする栄養がとれます。実は、毎日の給食にスーパーフードがたくさん使われています。例えば、「みそ、大豆、わかめ・こんぶ・ひじき・青のり、しいたけ」などです。毎日給食を食べると栄養がたくさんとれて元気になります。今月の献立にもスーパーフードがたくさん入っています！

●応募献立 (4日)

「にんじんのツナごまあえ (山崎紗衣さん (香久山小))」です。

●100年フード (9日)

「北のあげいも」は、北海道の代表的なご当地グルメで、ゆでたじゃがいもに甘い衣をつけ、丸ごと揚げたものです。観光客にも人気です！

●環境と体にやさしい献立 (12日)

「日進市産さつまいも入り団子汁」

日進市産さつまいもは、岩崎町にある株式会社山本工務店さんが農業

と化学肥料を使わず栽培した、より健康と環境にやさしいさつまいもです。みなさんのために特別に無償で提供いただきました。

●給食センター炊飯 (17日)

「牛肉とごぼうのごはん」

今月の給食センターで作る炊き込みご飯は、牛肉のうま味とごぼうの香りが広がる炊き込みごはんです。

●スウェーデン料理 (19日)

スウェーデン料理を食べたことはありますか？「ショットブラール」は、肉団子のクリーム煮で、マッシュポテトやパンと一緒に食べるのがスウェーデン流です。日本とはちょっと違った味付けです。お楽しみに！

●クリスマスセレクトデザート (22日)

今年もクリスマスのお楽しみ、「セレクトデザート」です。自分で選んだデザートを楽しんで食べましょう！

来年もおいしい給食を
作ります！
楽しみにしてください！