

令和4年11月

中学校

うめミルクちゃん



ウメモー

日付	献立名	飲み物	写真
1(火) 食パン	ミネストローネ ホキのバジル揚げ 野菜と玉子のスクランブル	ミルク コーヒー	
2(水) ご飯	団子汁 いかのみそマヨ焼 肉ごぼう炒め	牛乳	
4(金) ご飯	肉どんの具 中華サラダ(中華ドレッシング) みかん	牛乳	
7(月) コッペパン バター	キャベツと玉子のスープ スロッピージョー ゆで野菜(ソイドレッシング)	牛乳	
8(火) わかめご飯	豚汁 ぶりの漬焼 りんご	牛乳	

令和4年11月

うめミルクちゃん



ウメモー

中学校

日付	献立名	飲み物	写真
9(水) ご飯	けんちん汁 豚肉のしょうが焼 いか入りかみかみサラダ	牛乳	
10(木) ご飯	チンゲン菜としめじのスープ 鶏肉のガーリック揚げ もやしの炒め煮	牛乳	
11(金) 赤飯 ごま塩	青菜のすまし汁 さわらの漬焼 煮しめ 米粉ケーキ	牛乳	
14(月) ご飯	大根と油揚げのみそ汁 ますの塩焼 青菜ののりあえ (刻みのり・しょうゆ)	牛乳	
15(火) ご飯	ポークカレー ひじきとツナのサラダ みかん	牛乳	

令和4年11月

うめミルクちゃん



ウメモー

中学校

日付	献立名	飲み物	写真
16(水)	ゆかりご飯 なめこと豆腐のすまし汁 鶏肉のごまみそ焼 切り干し大根の炒め煮	牛乳	
17(木)	ご飯 抹茶ふりかけ にら玉スープ 揚げしゅうまい(3個) ナムル(ナムルドレッシング)	牛乳	
18(金)	コッペパン レーズン クリーム 野菜スープ 焼きフランクの バーベキューソース ツナポテトサラダ	牛乳	
21(月)	パセリご飯 わかめと豆腐のスープ 豚キムチ りんご	牛乳	
22(火)	ご飯 八宝菜 春巻 巨峰ゼリー	牛乳	

令和4年11月

うめミルちゃん



ウメモー

中学校

日付	献立名	飲み物	写真
24(木) ご飯	さつま芋と豆腐のみそ汁 いわしの唐揚げ ごまあえ	牛乳	
25(金) ご飯 抹茶ふりかけ	ざくざく汁 笹かまの磯辺揚げ ひじきのそぼろ煮	牛乳	
28(月) ご飯	こしね汁 さばのカレー焼 フルーツミックス	牛乳	
29(火) パセリご飯	ハッシュドポーク こんにゃくサラダ(サウザンド レッシング) みかん	牛乳	
30(水) 食パン	白菜の米粉シチュー コロケ いんげんとコーンのソテー	りんご ジュース	