

令和5年2月








うめミルクちゃん



ウメモー

中学校

★は中学校3年生のリクエストメニュー

日付	献立名		飲み物	写真
1(水)	青梅産米ご飯 野菜ふりかけ	こしね汁(群馬県) ぶりと野菜の煮物 いよかん	牛乳	
2(木)	ご飯	めった汁(石川県) いわしの唐揚げ ひじきと大豆の炒め煮	牛乳	
3(金)	★メロンパン	ミネストローネ 焼きフランク 切り干し大根のツナマヨ炒め	牛乳	
6(月)	ご飯	わかめスープ プルコギ ナムル(ナムルドレッシング)	牛乳	
7(火)	ピタパン	白菜の豆乳シチュー たらフライ(ソース) コールスローサラダ	ミルク コーヒー	



うめミルクちゃん



ウメモー

★は中学校3年生のリクエストメニュー

日付	献立名		飲み物	写真
8(水)	大豆ご飯	せんべい汁(青森県) ポテトカップグラタン お浸し(しょうゆ)	牛乳	
9(木)	ご飯	チキンカレー 運盛りサラダ (ごまドレッシング) いよかん ★いちごタルト	牛乳	
10(金)	ご飯	かに入りもずく玉子スープ 生揚げのそぼろ炒め ゆで野菜(和風ドレッシング)	牛乳	
13(月)	ご飯	高野豆腐のみそ汁 (和歌山県) ★鶏肉の唐揚げ ごまあえ	牛乳	
14(火)	ソフトフランス パン いちごジャム	ほたて入り野菜スープ ハート型ハンバーグのオーロ ラソース カラフルソテー	牛乳	

令和5年2月



うめミルクちゃん



ウメモー

中学校

★は中学校3年生のリクエストメニュー

日付	献立名	飲み物	写真	
15(水)	ご飯 のりつくだ煮	たぬき汁 / ホキの唐揚げ ひじきサラダ (ソイドレッシング) チョコプリン	牛乳	
16(木)	ご飯	ハッシュドポーク 玉子入り野菜ソテー フルーツとゼリーのポンチ	牛乳	
17(金)	ご飯	打ち豆汁(福井県) ししゃもの唐揚げ(3本) 油ふ入り肉じゃが	牛乳	
20(月)	ゆかりご飯	おでん もやしの炒め煮 ぽんかん	牛乳	
21(火)	背割りライ麦 パン バター	トススープ チリビーンズ フライドポテト	りんご ジュース	

令和5年2月

中学校

うめミルクちゃん



ウメモー

★は中学校3年生のリクエストメニュー

日付	献立名	飲み物	写真
22(水) ご飯	けんちん汁(神奈川県) さけの磯辺焼 切り干し大根の炒め煮	牛乳	
24(金) ご飯	中華スープ 鶏肉のサツパリ煮 ぽんかん	牛乳	
27(月) ご飯 野菜ふりかけ	サンラータン 揚げぎょうざ(3個) りんご	牛乳	
28(火) ご飯	豆腐の赤だしみそ汁 (愛知県) さばの塩焼 こんにゃくと野菜の甘酢あえ	牛乳	