

# 尾道市デリバリー方式学校給食

12月1日～12月14日の給食写真を紹介します。  
 (毎日、ご飯と牛乳がつきます。)

## 12月

<p>1</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ キンピーンス</li> <li>★ 蒸し野菜</li> <li>★ ソテー</li> <li>★ キャンティーチーズ (鉄)</li> </ul> <p>813kcal</p>	<p>4</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ゆかりごはん</li> <li>★ 八宝菜</li> <li>★ 春巻き</li> <li>★ ひじきのナムル</li> <li>★ 里芋の甘辛煮</li> </ul> <p>834kcal</p>	<p>5</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 親子煮</li> <li>★ フロッコリーのおかか和え</li> <li>★ 菜漬スパゲッティ</li> <li>★ フルーツヨーグルト</li> </ul> <p>817kcal</p>	<p>6</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ すき焼き煮</li> <li>★ 小松菜ののり和え</li> <li>★ つつきなます</li> <li>★ れんこんのピリ辛炒め</li> </ul> <p>819kcal</p>	<p>7</p>   <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 白身魚の竜田揚げ</li> <li>★ キャベツのぼん酢和え</li> <li>★ 噛みってる! GoGo炒め</li> <li>★ ミニゼリー (りんご)</li> <li>★ 豆腐の味噌汁</li> </ul> <p>827kcal</p>
<p>8</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ キーマカレー</li> <li>★ フライドポテト</li> <li>★ チンゲン菜のソテー</li> <li>★ かぶの三杯酢和え</li> </ul> <p>805kcal</p>	<p>11</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 黒米ごはん</li> <li>★ トントンもみじの広島ソース</li> <li>★ ゆで方キャベツ</li> <li>★ 筑前煮</li> <li>★ みかん</li> </ul> <p>838kcal</p>	<p>12</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 鶏肉のマーマレード焼き</li> <li>★ ポイルフロッコリー</li> <li>★ ツナサラダ</li> <li>★ コーンソテー</li> </ul> <p>834kcal</p>	<p>13</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 魚のマヨネーズ焼き</li> <li>★ ほうれん草のごま和え</li> <li>★ ひじきの煮物</li> <li>★ チーズポテト</li> </ul> <p>830kcal</p>	<p>14</p>   <ul style="list-style-type: none"> <li>★ コッペパン</li> <li>★ 鶏肉のから揚げ</li> <li>★ 白菜のゆず風味</li> <li>★ かみかみサラダ</li> <li>★ パイン缶</li> <li>★ クリームシチュー</li> </ul> <p>832kcal</p>

# 尾道市デリバリー方式学校給食

12月15日～12月22日の給食写真を紹介します。  
(毎日、ご飯と牛乳がつきます。)

## 12月

<p>15</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 厚揚げコロコロマーボー</li> <li>★ ちくわのいそべ揚げ</li> <li>★ 拌三条</li> <li>★ ごまよごし</li> </ul> <p>861kcal</p>	<p>18</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ チキンカツ</li> <li>★ ゆでキャベツ</li> <li>★ マカロニサラダ</li> <li>★ ミニケーキ (チョコ)</li> </ul> <p>837kcal</p>	<p>19</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 麦ごはん</li> <li>★ いわしのフライ</li> <li>★ アーモンド和え</li> <li>★ うずら卵の五目煮</li> <li>★ りんご</li> </ul> <p>872kcal</p>	<p>20</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 卵焼き</li> <li>★ ウィナーときのこのソテー</li> <li>★ さつま芋とチーズのサラダ</li> <li>★ いりこ大豆</li> </ul> <p>839kcal</p>	<p>21</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 豆腐ハンバーグ</li> <li>★ 小松菜のごま和え</li> <li>★ 昆布サラダ</li> <li>★ ミニゼリー (ピーチ)</li> <li>★ かきたま汁</li> </ul> <p>861kcal</p>
<p>22</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 豚肉の味噌炒め</li> <li>★ 揚げシューマイ</li> <li>★ パリパリサラダ</li> <li>★ かぼちゃの甘辛煮</li> </ul> <p>865kcal</p>	<p>《月平均》 エネルギー: 837kcal カルシウム: 368mg</p>			

