

## 12月の「元気ができるメニュー」



日にち	曜日	メニュー
1	月	白身魚のフライ ヴィネグレットソース
2	火	白身魚のマヨコーン焼き
3	水	揚げ豆腐のきのこあんかけ
4	木	鶏ささみ天 梅ソース
5	金	豚肩ロースの辛みそ焼き
8	月	白身魚の唐揚げ 油淋鶏ソース
9	火	鶏肉豆腐
10	水	キャベツと茸のひき肉生姜炒め
11	木	ロールキャベツポトフ風
12	金	豚しゃぶ ごま醤油ソース
15	月	白身魚の衣揚げ 野菜甘酢あんかけ
16	火	鶏の治部煮
17	水	豆腐ハンバーグの中華風野菜あん
18	木	豚肉とごぼうの炒め煮
19	金	葛飾の学校給食メニュー 海老ピラフとフライドチキン
22	月	豚しゃぶ ジンギスカンソース
23	火	鶏肉の野菜ちゃんちゃん焼き
24	水	鶏肉と大根のそぼろ煮
25	木	サバの生姜醤油焼き
26	金	豆腐ハンバーグ 塩麹ソース

### メニューの紹介



写真のメニューは  
「ロールキャベツ  
ポトフ風」



写真のメニューは  
「白身魚衣揚げ  
野菜甘酢あんかけ」

1食分で野菜(きのこ・  
海藻を含む)を200g  
以上使用している  
メニューです



\*メニューは都合により変更することがあります。

\*売り切れ次第終了になります。

