










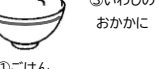

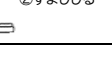


















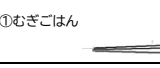




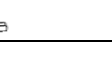


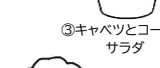

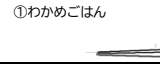









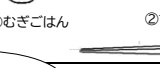




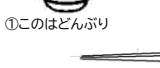

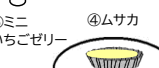


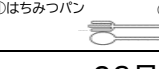







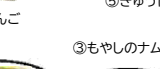













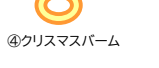






12月

はいぜんひょう



ながさきけんりつ
長崎県立
かくなんとくべつしえんがっこう
鶴南特別支援学校

月	火	水	木	金
全国味めぐりシリーズ 鹿児島県（9日） 「さつますもじ」は、高級な食材は使わず、身近でとれる食材を使って家庭で作る、ちらしずしです。 「とんこつ」は、豚の骨付き肉と野菜を焼酎で煮込んだ料理です。給食では、豚肉と野菜を少しの焼酎「黒霧島」を使い、煮物風にアレンジします。 		世界の料理ツアー ギリシャ（16日） カラマリは、いかの香草揚げです。今回は、長崎市で水揚げされたいかに、パセリやバジルを混ぜた特製だれで下味を付けて揚げます。ムサカは、ミートグラタンのイメージです。手作りでミートソースを作り、じゃがいもやチーズを使って、給食風ムサカを作ります。 		長崎を食べようシリーズ 長与町（19日） 長与そばろは、浦上そばろに筍と椎茸を加えたさらに栄養アップおかずです。 長与町もみかんが たくさん採れるので、 みかん果汁を使って 鶏肉を味付けして焼きます。 
1日	2日	3日	4日	5日
 ④みかん  ⑤ぎゅうにゅう  ③ひじきのすのもの  ②にくみそでん  ①ごはん	 ⑤りんご  ④こまつなのあえもの  ⑥ぎゅうにゅう  ③いわしのおかか  ①ごはん  ②すましじり	 ④おいものだいふく  ④ぎゅうにゅう  ①しっぽくうどん  ②ウィンナーとやさいのソテー	 ④カラフルサラダ  ⑤パイナップル  ③バジルチキンフライ  ②コーンクリームスープ  ①パーカーハウスパン	 ④だいこんのピリツとづけ  ⑤ぎゅうにゅう  ③あつあけのビザソースやき  ②はくさいのみそしる  ①ごはん
8日	9日	10日	11日	12日
 ⑤みかん  ④キャベツのこんがうえ  ③だいずいりまつかぜやき  ②はるさめじり  ①むぎごはん	 ⑤ぎゅうにゅう  ④てづくりあおりんごゼリー  ③とんこつ  ①さつますもじ  ②ごもくスープ	 ④パイナップル  ⑤ぎゅうにゅう  ③キャベツとコーンのサラダ  ②はくさいのクリームに  ①わかめごはん	 ④たべるヤクルト  ⑤ぎゅうにゅう  ③こまつなのにびたし  ②ぶたにくとだいこんのべっこうに  ①ごはん	 ④りんご  ⑤ぎゅうにゅう  ③マーボーどうふ  ②ちゅうかスープ  ①むぎごはん
15日	16日	17日	18日	19日
 ④バナナ  ⑤ぎゅうにゅう  ③やさいのもみづけ  ②さつまじり  ①このはどんぶり	 ⑥ぎゅうにゅう  ④ムサカ  ③カラマリ  ②おまめのスープ  ①はちみつパン	 ④みかん  ⑤ぎゅうにゅう  ③ひじきのすのもの  ②すきやき  ①むぎごはん	 ④りんご  ⑤ぎゅうにゅう  ③もやしのナムル  ②シューマイ  ①ちゃんぽん	 ④ながよそばろ  ⑤パイナップル  ③とりにくのみかんソースやき  ②つみれじり  ①ごはん
22日	23日	冬至（22日）		
 ④みかん  ⑤ぎゅうにゅう  ③ほうれんそうのりずあえ  ②かぼちゃのそばろに  ①ごはん	 ⑤ぎゅうにゅう  ④クリスマスbaum  ③かぼのスープ  ②ほしポテト  ①カレーピラフ	冬至とは、1年で1番昼が短くなる日のことです。この日は、昔からゆず湯に入って、かぼちゃを食べる風習があります。これは、かぼちゃを食べると風邪をひきにくくなるという言い伝えがあるからです。給食でも、げんかつぎで、かぼちゃのそばろ煮を作ります。 		
		クリスマスメニュー（23日）		
		2学期最後のクリスマスメニューです。カレーピラフに、星ポテトをトッピングします。デザートはかわいいクリスマスの包材に入った、リースに見立てたミニbaumクーヘンです。今学期最後のお楽しみデザートです。 