



Main menu table with columns for Date, Day, Dish Name, Main Ingredients, and Nutritional Value. Includes items like 'ごはん', 'わかめごはん', 'さつま芋ごはん', etc.

★材料・その他の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。★この献立表は主な材料のみ記載しております。アレルギー対応の資料ではありません。

★12月分の給食費の引き落としは12月28日(水)です。残高を確認し未納のないようお願いいたします。

給食おすすめレシピ ~ つくね蒸し ~

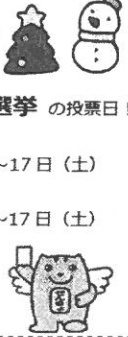
- <材料:4個>
鶏もも挽肉(香取市産)・260g
長ねぎ.....50g
チーズ.....20g
卵.....25g
粉豆腐.....20g
ウスターソース.....10g
牛乳.....10g
塩.....少々
こしょう.....少々
マドレーヌカップ.....4枚
お好みでケチャップをかける

- <作り方>
①長ねぎはみじん切り、チーズは3mm角に刻む。
②ボールに食材と調味料を全て入れ、よくこねる。
③②を4等分し、マドレーヌカップに入れる。
中心部を押し、くぼませる。
④蒸し器で中まで火が通るように蒸してできあがり。
(火が通ると中心部に透明な汁がでてきます)
(盛り付ける際、汁が多いようでしたら捨ててください)

材料にチーズや牛乳、粉豆腐を使用し、たんぱく質とカルシウムが
取れるように工夫しています。シリコン製のマドレーヌカップを使用す
れば、電子レンジで調理も可能です。

今月の献立は「電力・ガス・食料品等
価格高騰重点支援地方交付金」を
活用しています。

★保護者の皆様へ
12月18日(日)は
香取市議会議員一般選挙の投票日!
【期日前投票】
市役所:12月12日(月)~17日(土)
8時30分~20時
各支所:12月12日(月)~17日(土)
8時30分~18時



12月分給食用食材の産地(予定)

●当日の市場の入荷状況により、あらかじめ予定していた産地以外の場合もあります。

●米、牛乳は調理場すべて共通です。

・米 香取市産

・牛乳 原乳は千葉県産

●野菜、肉は、以下のとおりです。



品名	産地(予定)	
	第一調理場	第二調理場
じゃが芋	北海道	北海道
さつまいも	香取市	香取市
キャベツ	香取市 千葉県	香取市 千葉県
きゅうり	千葉県	千葉県
ごぼう	茨城県	茨城県
大根	香取市 千葉県	香取市 千葉県
玉ねぎ	北海道	北海道
にんじん	香取市	香取市
長ねぎ	千葉県	千葉県
白菜	千葉県	千葉県
青ピーマン	茨城県	茨城県
赤ピーマン	韓国	韓国
緑豆もやし	栃木県	栃木県
こねぎ	千葉県	千葉県
パセリ	千葉県	千葉県
かぶ	千葉県 茨城県	千葉県 茨城県
こまつな	香取市	香取市
えのきたけ	長野県	長野県
マッシュルーム	香取市	香取市
牛肉	オーストラリア	オーストラリア
豚肉	千葉県	千葉県
鶏肉	香取市	香取市