

れいわ2ねん 12がつのこんだて



| 日 | 曜日 | パン ごはん | ふりかけ など | のみ もの | おおきいおかず | ちいさいおかず | | くだもの デザート | ひとこと |
|----|----|----------------|--------------|---------------|------------------|------------------|---------------------|----------------|---------------------|
| 1 | 火 | ごはん | | ぎゅうにゅう | いろどりこんさい みそしる | とりにくの たつたあげ | ゆでやさい | | 体を温める 根菜類 |
| 2 | 水 | ターメリック クライス | | ぎゅうにゅう | やさいスープ | チキンライスのぐ | | りんご | 自校炊飯 |
| 3 | 木 | まる パン | | ぎゅうにゅう | カレービーンズ シチュー | キャベツサラダ | | みかん | 旬の食品 みかん |
| 4 | 金 | ごはん | | ぎゅうにゅう | かきたまじる | なまあげとぶたにくのみそいため | | | 大豆の 加工品 |
| 7 | 月 | ココア ブレッド | | ぎゅうにゅう | たらのクリームに | やさいソテー | | グレープ ゼリー | 手作り ゼリー |
| 8 | 火 | むぎ ごはん | なっとう 【たれ】 | ぎゅうにゅう | ぶたにくとだいこん のもの | にびたし | | | 旬の食品 はくさい |
| 9 | 水 | ごはん | | ぎゅうにゅう | つみれじる | かわりきんぴら | | | つみれ の由来 |
| 10 | 木 | ごはん | | ぎゅうにゅう | ほうとう | さばのたつたあげ | | みかん | 山梨県 ほうとう |
| 11 | 金 | ぶどう パン | | プルーン はっこう乳 | スパゲティ ミートソース | かぶのスープに | | | 旬の食品 かぶ |
| 14 | 月 | むぎ ごはん | | ぎゅうにゅう | はっぼうさい | ちゅうかあえ | | | 八宝菜 の由来 |
| 15 | 火 | はいが ごはん | | ぎゅうにゅう | ごじる | ひじきごはん のぐ | きびなごフライ (重さでくばる) | | サンプルで 魚の量確認 |
| 16 | 水 | はいが パン | | ぎゅうにゅう | ボルシチ | コロツケ 【ソース】 | ポイルド キャベツ | | ロシア料理 ボルシチ |
| 17 | 木 | ごはん | | ぎゅうにゅう | すましじる | おやこどんのぐ | | 黒みつか ん【きなこ】 | 手作り 黒みつかん |
| 18 | 金 | はいが ごはん | | ぎゅうにゅう | みそしる | ツナそぼろ | ごもくまめ | | 伝統料理 五目豆 |
| 21 | 月 | ごはん | やきのり | ぎゅうにゅう | たらちり 【ゆずじょうゆ】 | かぼちやのそぼろあんかけ | | | 12月21日 冬至 |
| 22 | 火 | チーズ パン | | ぎゅうにゅう | ミネストローネ | サーモンフライ 【ソース】 | こふきいも | | 白いんげん 豆の栄養 |
| 23 | 水 | はいが ごはん | | プルーン はっこう乳 | ポークカレー | ごまずあえ | | | 中高学年 ごはん多め |

☆給食目標: 環境をととのえて、なごやかに会食しよう。

こんげつ
今月のはま菜ちゃん

こまつな・ほうれんそう・キャベツ・にんじん



☆ 12/18(金) 白衣を持ち帰りましょう。

☆ 12/21(月) 忘れずに白衣を持ってきましたしょう。