



# 12月のこんだてひょう



やまた小学校

月	火	水	木	金
		<b>1</b> さほのあんかけ みかん みどり ごはん ほうとう	<b>2</b> ごまずあえ フルーんはっこうじゅう はいがごはん シーフードカレー	<b>3</b> はたはたのからあげ ひじきごはんのぐ はいがごはん こじる
<b>6</b> さかなのフライ チーズパン やさいのスープに	<b>7</b> なまあげとぶたにくのみそいため ごはん かきたまじる	<b>8</b> ちゅうかあえ おぎごはん ほうぼうさい	<b>9</b> やさいソテー グレーゼー ココアフレット いんげんまめのクリームシチュー	<b>10</b> ごもくまめ ツナとほろ はいがごはん みどしる
<b>13</b> くらみつかん おやこどんのぐ はいがごはん すましじる	<b>14</b> チーズ コロッケ はいがパン ポルシチ	<b>15</b> キャベツサラダ オレンジゼー ソフトフランスパン カレービーンズシチュー	<b>16</b> にびたし なっとう おぎごはん ぶたにくとだいこんのもの	<b>17</b> かわいさんびら ごはん つみれじる
<b>20</b> といにくのたつたあげ ごはん みどしる	<b>21</b> かぶのスープに ぶどうパン スパゲティミートソース	<b>22</b> かぼちゃのそぼろあんかけ やきのい ごはん たらちり	<b>23</b> りんご チキンライス <small>のぐ</small> おぎごはん やさいスープ	<b>24</b> はっこうじゅう(いちご) はまポークとんのぐ ごはん さつまじる
<b>★冬至(とうじ)にちなんだメニュー★ (かぼちゃ・ゆず)</b> ●1日 ほうとう(かぼちゃ) ●22日 かぼちゃのそぼろあんかけ たらちり		<b>とうじ 冬至</b> <b>ことしの冬至(とうじ)は12月22日です。</b> 一年でもっとも、白がみじかく、よるが長い日です。 ゆず湯にはいい、かぼちゃを食べる風習があります。		<b>18 (土)</b> ボイルドキャベツ タコライス <small>のぐ</small> ごはん パスタスープ



☆☆かぜをよぼうするはたらきのある食品をとりました☆☆  
 だいこん・かぶ・はくさい・フロッキー・こまつな・ほうれんそう・ねぎ・りんご