



# 12月 きゅうしょくカレンダー



おちあいだいろくしょうがっこう

月	火	水	木	金
1 ぎゅうにゅう こめこパン じゃがいもたっぷり グラタン ほうれんそうのスープ おひさまゼリー	2 ぎゅうにゅう ごはん(ゆめぴりか) とうふのごもくいため はくさいサラダ みはや 	3 ぎゅうにゅう やきとりふうにとん ほうれんそうのおひたし キャベツとじゃがいもの みそしる	4 ぎゅうにゅう にくみそやきそば さつまいものもちあげ はくさいのぴりからあえ	5 ぎゅうにゅう ごはん(ゆめぴりか) めかじきの さいきょうやき むぎいりサラダ みだくさんじる
6(土) おちろく おんがくさい ジョアストロベリー おんがくかい オツカレーライス (カレーライス、丼カツ) キャベツサラダ	9 ぎゅうにゅう にぶたチャーハン ちゅうかサラダ こまつなのスープ	10 ぎゅうにゅう ベーコンエッグサンド マカロニシチュー いちご 	11 ぎゅうにゅう ごはん(ゆめぴりか) さばのゆずおろし あんかけ はくさいのごまふうみ さつまじる	12 ぎゅうにゅう かきたまうどん カリカリあぶらあげ サラダ サイダーポンチ
15 ぎゅうにゅう ごはん(ゆめぴりか) じゃことこまつなの ふりかけ ちくぜんに りんご 	16 ぎゅうにゅう スパゲッティナポリタン グリーンサラダ スイートポテト	17 ぎゅうにゅう うめちゃづけ ぎんじゃけのしおやき きんぴらに うんしゅうみかん 	18 ぎゅうにゅう ごはん(ゆめぴりか) キャベツいりメンチカツ やさいのあかしそあえ みそけんちんじる	19 ぎゅうにゅう ピザトースト ハニーサラダ おにくとやさいの スープに
22 とうじのひ ぎゅうにゅう ほうとう やさいのゆずあえ まっちゃんケーキ	23 ぎゅうにゅう さつまいもとぶたにくの ごはん ししゃものさざれやき そくせきづけ とうふとだいこんの みそしる	24 ぎゅうにゅう ミルクパン にこみハンバーグ マッシュポテト やさいスープ	25 しゅうぎょうしき 	26 ふゆやすみ 



こんげつ きゅうしょくもくひょう

## 今月の給食目標

かぜ よぼう たいせつ しょくじ かんが  
☆風邪の予防に大切な食事について考えよう☆



- ・ バランスのよい食事のとり方を知ろう
- ・ 朝ご飯の大切さを知り、1日3回の食事をとろう