

# 12月 きゅうしょくカレンダー

月	火	水	木	金
<p>寒<small>さむ</small>くなって、冬野菜<small>ふゆやさい</small>がおいしい季節<small>きせつ</small>になります。</p> <p>冬野菜<small>ふゆやさい</small>には体<small>からだ</small>を温める<small>あたた</small>働き<small>はたら</small>があります。</p>  				
3	4	5	6	7
ぎゅうにゅう ツナおろしスパゲティ れんこんチップスサラダ やきりんご	[ おんがくかい♪ ] ぎゅうにゅう ミルクパン ポテトグラタン ベーコンと はくさいのスープ くだもの	ぎゅうにゅう このはどん ツナとやさいの からしあえ まっちゃんプリン	[おちろくはん きゅうしょく] ぎゅうにゅう ふゆやさいの カレーライス バンサンスー くだもの	ぎゅうにゅう ごはん いかのかりんあげ やさいのすのもの えのきとわかめの みそしる
10	11	12	13	14
ぎゅうにゅう ごはん ムロアジメンチカツ ゆずふうみおひたし みそしる	ぎゅうにゅう ソースやきそば いももち わかめスープ	ぎゅうにゅう さんさいおこわ ぎせいどうふ とんじる	ぎゅうにゅう ロールトースト コーンサラダ しろいんげんの クリームシチュー くだもの	ぎゅうにゅう さといもごはん ぶりのてりやき ブロッコリーと キャベツのあえもの だいこんのみそしる
17	18	19	20	21
ぎゅうにゅう ゆかりごはん さわらのみそやき じゃがいものきんぴら すましじる	ぎゅうにゅう メイプルシロップ トースト トマトシチュー キャベツとりんごの サラダ	ぎゅうにゅう ごはん にくじゃがに じゃこサラダ くだもの	【 冬至 <small>とうじ</small> の料理 <small>りょうり</small> 】 ぎゅうにゅう ほうとう キャベツのごまサラダ だいがくいも	はっこうにゅう ジャンバラヤ ABC スープ チョコケーキ

きゅうしょくもくひょう

## 12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

- ・ バランスよく食事をとりましょう。
- ・ 朝ごはんの大切さを知り、1日3回の食事をとりましょう。
- ・ 食事の前に手洗い、うがいをする習慣を身につけましょう。



冬至

22日は冬至(とうじ)です。  
 この日には、「ん」のつく食べ物を食べると、  
 縁起(えんぎ)が良いそうです。



お風呂(ふろ)には  
 ゆずをいれて入ります。