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 いわしなんばんどん もやしとわかめの ごまびたし いもこじる	2 ぎゅうにゅう カレーミートドック はくさいのスープ スティックド サツマイモ	3 ぎゅうにゅう ごはん ちくぜんに ひよこまめのサラダ
6 ぎゅうにゅう ちゅうかどん はるさめサラダ くだもの（みかん） 	7 ぎゅうにゅう ごはん てづくりふりかけ しょうないふういもに だいこんひじきサラダ	8 ぎゅうにゅう きんぴらごはん さけの みそマヨネーズやき けんちんじる	9 ぎゅうにゅう ガーリックトースト キャベツとリンゴの サラダ チリコンカン	10 ジョア ふゆやさいの カレーライス コーンサラダ つぶつぶみかんゼリー
13 ぎゅうにゅう パインパン マカロニグラタン かぶのスープ	14 ぎゅうにゅう ごはん いかのフライ やさいの しおこんぶあえ だいこんのみそしる	15　2-1 リクエスト ぎゅうにゅう とんこつラーメン にぶた ボイルやさいの ゆかりがけ くだもの（みかん）	16　伊那市のきのこ ぎゅうにゅう きのこおこわ さんぞくあげ えのきとわかめの みそしる	17 ぎゅうにゅう チリビーンズごはん ブロッコリーサラダ やきりんご
20　2-2 リクエスト ぎゅうにゅう ごもくうどん からあげ パリパリサラダ レモンスカッシュ ゼリー	21 ぎゅうにゅう ごはん キムムッチ さばのかんこくやき ナムル わかめスープ	22　冬至 ぎゅうにゅう こんぶごはん とんじる いとこに 	23 ジョア コーントースト キャベツサラダ カレーシチュー	24　終業式

今月の給食目標

☆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**