



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
<p>12月22日は冬至です。冬至に栄養満点のかぼちゃを食べて、風邪を予防するという風習があります。22日の給食の「いとこ煮」は、かぼちゃを小豆で甘く煮たものです。楽しみにしてください。</p>				<p>1</p> <p>ジョア いかのチリソースどん わかめサラダ みかん</p>  
<p>4</p> <p>ぎゅうにゅう ピザトースト ツナサラダ ジュリエンスープ</p>	<p>5</p> <p>ぎゅうにゅう こぎつねごはん もやしのごまだれかけ ごじる</p>	<p>6</p> <p>ぎゅうにゅう チリコンカンライス グリーンサラダ りんご</p> 	<p>7</p> <p>ぎゅうにゅう ごはん はるさめチャプチェ 五目スープ</p>	<p>8</p> <p>ぎゅうにゅう カレースパゲティ ひよこまめのサラダ おひさまゼリー</p>
<p>11</p> <p>ぎゅうにゅう さつまいもごはん ちぐさやき やさいのしおこんぶあえ ぐだくさんのみそしる</p>	<p>12 1-1 リクエスト</p> <p>ぎゅうにゅう ごはん とりにくのからあげ やさいのおろしあえ なめこじる レモンスカッシュゼリー</p>	<p>13</p> <p>ぎゅうにゅう みそラーメン ひじきのちゅうかサラダ</p>	<p>14</p> <p>ぎゅうにゅう コーントースト やさいのレモンあえ あきさけの クリームシチュー</p>	<p>15</p> <p>ぎゅうにゅう マーボーどうふどん じゃがいもの ごまドレサラダ みかん</p> 
<p>16(土) 学習発表会</p> <p>ジョア ポークカレーライス キャロットソースサラダ</p>	<p>19</p> <p>ぎゅうにゅう こめこパン いかのフライ ポイルやさいの ゆかりがけ やさいスープ</p>	<p>20</p> <p>ぎゅうにゅう ごはん ぶたにくのすきやき さんしょくづけ</p>	<p>21</p> <p>ぎゅうにゅう ジャージャーどん バンサンスー りんご</p> 	<p>22 冬至</p> <p>ぎゅうにゅう よしだのうどん やさいのゆずかあえ いとこに</p> 

こんげつ きゅうしょくもくひょう 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

