



12月

給食カレンダー



今日の給食目標

寒さに負けない食事をしよう

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
 ひじきごはん さばの香味焼き 野菜のゆかりかけ せんべい汁	 冬野菜の マーボー豆腐丼 もやし中華サラダ フルーツヨーグルト	 ごはん いかのごまがらめ レモンあえ のっぺい汁	 スパゲティナポリタン お豆のサラダ 野菜チップス	 じゃこわかめごはん 五目卵焼き 糸寒天のサラダ さつま汁
9	10	11	12	13
 米粉パン ハンバーグ コーンサラダ 野菜スープ	 麦ごはん のりとあさりの佃煮 肉豆腐 みそドレサラダ	 サンマーめん じゃこサラダ アップルポテト春巻き	 チリビーンズごはん ベーコンと 白菜のスープ 夢オレンジ	 ごはん キメジのメンチカツ 和風おろしあえ 豆腐とわかめのみそ汁
16	17	18	19	20
 ごはん 鮭のチャンチャン焼き 白玉入りかきたま汁 菊花みかん	 フレンチトースト カレーポトフ ツナサラダ	 白菜のうま煮丼 野菜のおかか梅肉あえ すいとん	 ★食育の日 さといもごはん ぶりの照り焼き 野菜のごまあえ みそ汁	 ★冬至献立 ほうとう ゆず香あえ 信玄きなこもち
23	24	幸運を呼び込む冬至の食べ物 冬至は、1年で最も太陽の出ている時間が短くなる日で、この日を境に少しずつ日が長くなっていくことから、「一陽来復」(冬が終わり、春になること)とも呼ばれます。昔の人は、太陽の力が弱まると人間の運氣も衰えると考えていたことから、冬至の日に、かぼちゃやあずきを食べて力をつけ、ゆず湯で身を清めて、幸運を呼び込み、無病息災を願う風習が生まれました。		
 冬の根菜入り カレーライス 人参ドレッシング サラダ りんご	 あしたばパン カリカリチキンカツ カラフルサラダ ミネストローネ サンタゼリー			

