



令和5年12月 献立表



献立に使われている材料などを確認する場合は裏面で

月	火	水	木	金
<p>December</p> <p>新年の給食は1月9日(火)から始まります。</p>				1 ご飯 魚のホイル焼き ポテトサラダ ボルシチ 牛乳 842 kcal
4 麦ご飯 豚肉の生姜焼き コールスローサラダ かきたま汁 牛乳 781 kcal	5 ガパオライス かぶのサラダ クイッティオスープ 【タイ料理】 牛乳 742 kcal	6 麦ご飯 南蛮漬け 五島三菜の金平 じゃがいものだご汁 牛乳 852 kcal	7 期末考査 ご飯 松風焼き もやしのソテー 里芋の味噌汁 牛乳 799 kcal	8 期末考査 麦ご飯 ごぼう天うどん 照り焼きチキン ミルクプリン 牛乳 920 kcal
11 期末考査 ご飯 魚の梅味噌焼き 冬瓜のそぼろ煮 つみれ汁 牛乳 756 kcal	12 期末考査 ☆カツ丼 三色野菜のナムル きのこ汁 牛乳 867 kcal	13 期末考査 ご飯(ミニ) 味噌ラーメン 豆腐サラダ 芋蒸しパン 牛乳 812 kcal	14 ご飯 つくねの甘辛煮 ブロッコリーの おかか和え 赤だし 牛乳 891 kcal	15 カレーライス おかわり自由day チキンカレー らっきよサラダ ヨーグルト和え 牛乳 972 kcal
18 麦ご飯 チンジャオロース うずらの卵のスープ みかん 牛乳 794 kcal エネルギー	19 手巻き寿司 南瓜の旨煮 うの花汁 牛乳 843 kcal エネルギー	20 ご飯(ミニ) 油淋鶏 ビーフンソテー ワンタンスープ 牛乳 966 kcal エネルギー	21 ご飯 サーモンフライ 炒り豆腐 大根スープ 牛乳 915 kcal エネルギー	22 冬至・クリスマス メニュー 【終業式】 アラビアータ 南瓜のグラタン オニオンスープ クリスマスデザート 牛乳 817 kcal エネルギー
※天候や仕入れの都合により、献立は予告なく一部変更することがあります。			月平均エネルギー:	848 kcal

☆☆☆食堂や廊下に掲示してあるとおり、給食の申込と取消の期日は次のようになっています☆☆☆

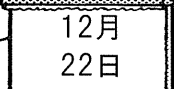
毎月分 前月の15日までに申込書,前月の2日までに取消願を提出 例:1月分を申し込む場合は12月15日まで

『冬至』と食べ物

冬至は、1年のうちで昼間が最も短く、夜が最も長い日です



今年は



冬至を過ぎる」次第に日が長くなります。当時にまつわる食べ物には、「かぼちゃ」や「ゆず」があります。ビタミン豊富な「かぼちゃ」を食べ「ゆず」はお風呂に入れてゆず湯にしましょう。