

# 12月の給食こんだて表



宇川小学校

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
のさわな 野沢菜チャーハン  いち スタミナ炒め  ちゅうか 中華スープ  いんご	ごはん えいようまんてん 栄養満点ナゲット  ほうれん草の  おかか和え  かきたま汁	ごはん だいこん ぶたにく に 大根と豚肉のうま煮  しのだあ 信田和え  ドーナツ	いいごきごはん  イかとわかめの酢の物 とうふだんご 豆腐団子のみそ汁  はながた 花形みかん	ごはん サバのカレー焼き  かしわ とり わみう 蒸し鶏の和風マリネ  とうふ 豆腐のすまし汁
9	10	11	12	13
けりょう 減量ごはん しょうゆ 醤油ラーメン  なっとう 納豆みそ キャベツとちくわの サラダ	ごはん さかな 魚のアーモンドフライ  しんさく 春菊のごま和え  さといも 里芋のみそ汁	ごはん だいこん マーボー大根  もやしのナムル だいず 大豆とじゃこの スナック	ごはん さといも 里芋のグラタン フロッキーとかにかま のサラダ たまご 卵とコーンのスープ	ごはん とうふ 豆腐とエビの  うすくず煮 ちゅうかあ 中華和え しそひじきふりかけ
16	17	18 歯の日	19 [たんご食の日]	20 冬至
ビーフストロガノフ (特別栽培米) ポテトサラダ  いちごサイダーゼリー	ごはん (特別栽培米) グリルチキン たまごい ひた 卵入りお浸し  けんちん汁	むぎ 麦ごはん (特別栽培米) ササミの レモンソース きりほしだいこん 切干大根のサラダ コンソメスープ	ごはん (特別栽培米) さといも 里芋とイかの煮つけ  ゆかり和え  豚汁	ごはん (特別栽培米) とうじ 冬至バーグ かぶの甘酢漬 えのきのすまし汁
23	24 (終業式)	20日(金)「冬至メニュー」 冬至は太陽の高さが1年で最も低くなり、昼間の時間が最も短くなる日です。今年は12月22日です。 いろいろな説がありますが、冬至の日に「ん」のつくものを食べると「運氣」がつくとされています。 この日の「冬至バーグ」には、「なんきん(かぼちゃ)、にんじん、れんこん、だいこん」が入っています。残さず食べて運をあげよう!!  また、冬至にはお風呂にゆずを浮かべて「ゆず湯」にして入る習慣もあります。		
にんじん 人参とツナのごはん  ごしきあ 五色和え  はくさい 白菜のみそ汁 さつまいもスティック	お楽しみ献立  (1年生)			

\*価格等の関係で献立内容を変更する時があります。ご了承ください。