



# 12がつ こんだてひょう



令和7年度 岩滝小学校

月	火	水	木	金
1日 キムタクごはん 4-2のリクエスト✦ ぎゅうにゅう 牛乳 バンバンジー チンゲン菜のスープ	2日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばのみそ煮 こまつな 小松菜としめじのおひたし えのきのすまし汁	3日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 てつく 手作りカレー肉まん もやしのナムル あつあ 厚揚げの中華風煮	4日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ひじきの炒め煮 ゆかり和え だいこん 大根のそぼろ煮	5日 あんかけうどん ぎゅうにゅう 牛乳 ちくわの磯辺揚げ みすな 水菜のおひたし
8日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 てつく 手作り茶碗蒸し すき焼き煮 みかん	9日 わかめごはん 3-2のリクエスト✦ ぎゅうにゅう 牛乳 あつあ 厚揚げのみそ炒め にくだんご 肉団子と白菜のスープ	10日 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 ミニアメリカンドック もやしとツナのカレーソテー ふたにく 豚肉とかぶの豆乳煮	11日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さかな 魚の塩焼き そくせきづ 即席漬け おでん	12日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりにく 鶏肉とさつまいものケチャップソース マカロニサラダ コンソメスープ
15日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ちゅうか 中華サラダ マーボー白菜 ココアもち	16日 宮津天橋高校生考案メニュー カリカリ菜っ葉ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 あまから ささみの甘辛ごまがらめ ほうれん草のツナサラダ ABCスープ	17日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 しろみざかな 白身魚の香草チーズ焼き ブロッコリーのペペロンチーノ風 ミネストローネ	18日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 しおだいず のり塩大豆 こまつな 小松菜のごま和え きりぼしだいこん 切干大根の旨煮	19日 ふゆやさい 冬野菜カレー ぎゅうにゅう 牛乳 やさい 野菜ソテー おからキャロットドーナツ
22日 冬至献立 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 れんこんハンバーグ ゆず大根 なんきん 南瓜のみそ汁	23日 クリスマス献立 ハッシュドポーク ぎゅうにゅう 牛乳 いろど 彩り野菜とチキンのガーリック炒め クリスマスケーキ			