



がつ たの きゅうしょく 12月のお楽しみ 給食



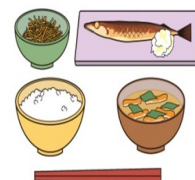
か やわたしよく ひ 12月5日(火)八幡食育の日

こんだて
献立

- ごはん ●牛乳
- さばの塩焼き
- ちくわとごぼうのきんぴら
- だいこんのみそ汁

●まごわやさしい

バランスのよい食事をするために取り入れたい食品の頭文字をとってつなげると、「まごわやさしい」になります。給食では普段からたくさん取り入れるようになっています。



すい きゅうしょく 12月6日(水)わくわく給食

こんだて
献立

- チキンライス ●牛乳
- 豆と野菜のサラダ
- 米粉マカロニスープ

今月のわくわく給食は、「チキンライス」という歌とのコラボです。

この歌は、今から19年前に作られた、クリスマスの季節の歌です。

曲を作ったのは横原敬之さんと、歌詞を作ったのはダウンタウンの松本人志

さん、歌ったのは相方の浜田雅功さんです。どんな歌か聞いてみてください。



か こんだて 12月12日(火)かみかみ献立

こんだて
献立

- 発芽玄米入りごはん ●牛乳
- あじの竜田揚げ
- ひじきのガーリック炒め
- さつま汁

よくかむと...

脳の働きをよくしたり、虫歯を防いだり消化を助けたり、体によいことがたくさんあります。



すい どうじ こんだて 12月20日(水)冬至献立

こんだて
献立

- ごはん ●牛乳
- さわらのゆずダシ焼き
- ほうとう

今年の冬至は12月22日(金)です。冬至は一年で一番昼が短く、夜が長い日です。この日になんきん(かぼちゃ)、にんじんなど、「ん」が付くものを食べると、体に運をとりこめるといわれています。また、ゆず湯に入ると、風邪をひかないで過ごせるともいわれています。



もく こんだて 12月21日(木)クリスマス献立

こんだて
献立

- カレーピラフ ●牛乳
- 米粉と豆乳の冬野菜シチュー
- チョコチップマフィン



2学期の給食最終日は、クリスマス献立です。

デザートチョコチップマフィンは、給食室で手作りします！！

