



12月

学校給食予定 献立表

こん だて ひょう

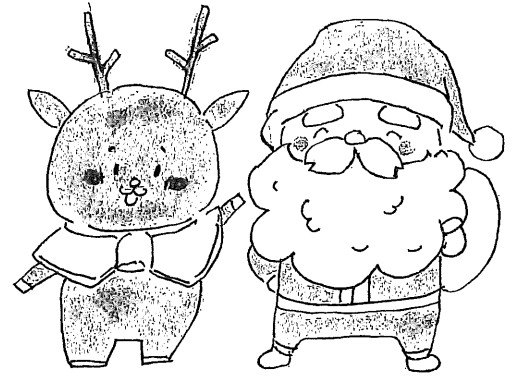
京丹後市立大宮第一小学校

令和4年11月30日

冬至のクイズ

冬至にはどんな文字がつく
食べものを食べると良いと
言われているでしょう。

①あ ②か ③ん

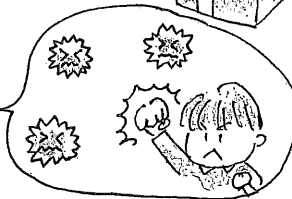


今月の目標

・感染症に気をつけよう。

感染症のはやりやすい時期です。

しっかり栄養を取って、体の抵抗力を
高めましょう！



1 (木)

ごはん
サバのカレー焼き
マロニーきんぴら
さつまいものみそ汁
牛乳

2 (金)

いりごきごはん
イカとわかめの酢の物
ひつつみ
牛乳
【ひつつみの日】

5 (月)

ごはん
卵のミートカップ
オイスター炒め
大根のスープ
牛乳

6 (火)

麦ごはん
カレーライス
ごぼうサラダ
福神漬
牛乳

7 (水)

ひじきごはん
豚肉と野菜のごまみそ炒め
けんちん汁
りんごゼリー
牛乳

8 (木)

麦ごはん
高野豆腐の卵とじ
こんにゃくのおかか煮
大豆とじゃこのスナック
牛乳
【歯の日】 【針灸の日】

9 (金)

ごはん
ホキのチーズ焼き
中華サラダ
みそワタンスープ
牛乳

12 (月)

ごはん
ササミのごまフライ
大豆とひじきの炒り煮
白菜のみそ汁
牛乳

13 (火)

ごはん
さつまいものグラタン
かぶのサラダ
コンソメスープ
牛乳

14 (水)

ごはん
豚肉ともやしのにぎり揚げ
ごま和え
のっぺい汁
牛乳

15 (木)

パエリア
米粉マカロニサラダ
ソパ・デ・アホ
りんご
牛乳
【スペインの料理】

16 (金)

ごはん
にんじんポターージュ
キャベツとコーンの炒め物
大豆の華ふりかけ
牛乳

19 (月)

減量ごはん(特別栽培米)
マーボー大根
ササミとキャベツのサラダ
水菜の蒸しパン
牛乳
【たんご・食の日】

20 (火)

ひまわり学級の
おたのしみ献立

21 (水)

ごはん(特別栽培米)
キスの甘辛がらめ
野菜豆
じゃがいものみそ汁
牛乳

22 (木)

ごはん(特別栽培米)
冬至バーグ
ツナと切干大根の炒め物
豆腐のすまし汁
牛乳
【冬至】

23 (金)

ゆかりごはん(特別栽培米)
クリスピーチキン
ブロッコリーのサラダ
コンソメスープ
クリスマスデザート
牛乳
【クリスマス】

クイズのこたえ・・・③ん

22日の給食は「なんきん(かぼちゃ)」「にんじん」「れんこん」など「ん」のつく食材を使います。