

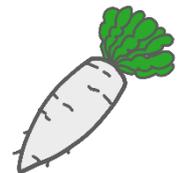
12月のこんだてひょう

京丹後市立大宮南小学校

月	火	水	木	金
2日	3日	4日	5日	6日
<ul style="list-style-type: none"> ごはん(有機米) 肉みそおでん ブロッコリーとささみのあえ物 のりの佃煮 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん(有機米) 白身魚のバジルマヨ焼き キャベツとベーコンのソテー ミネストローネ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん(有機米) さつまいもとレバーのオーロラソース 白菜の即席漬 大根のみそ汁 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">せかい りょうり 世界の料理・インド</div> <ul style="list-style-type: none"> ごはん(有機米) キーマカレー フルーツヨーグルト 福神漬 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん(有機米) 鶏肉の南蛮だれかけ 五目炒め かきたまスープ 牛乳
9日	10日	11日	12日	13日
<ul style="list-style-type: none"> ごはん コチュジャン炒め 春雨スープ 大学芋 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん しっぽくうどん ツナのおひたし 昆布豆 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 栄養満点ナゲット 豚肉と野菜のソテー コンソメスープ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん さばのしょうが煮 しのだあえ 豚汁 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> いりごきごはん 豚肉と野菜のごまみそ炒め ひつつみ 牛乳
16日	17日	18日	19日	20日
<ul style="list-style-type: none"> ごはん(特別栽培米) ささみの青のり天ぷら うのはな炒り煮 白菜のみそ汁 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん(特別栽培米) マーボー大根 中華サラダ みかん 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">は 歯の日</div> <ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん(特別栽培米) 大豆とひじきの米粉かきあげ 変わりきんぴら ふのすまし汁 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">たんご・食の白</div> <ul style="list-style-type: none"> 里芋ごはん(特別栽培米) きすのからあげ たくあんあえ けんちん汁 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">とうじこんだて 冬至献立</div> <ul style="list-style-type: none"> ごはん(特別栽培米) 冬至バーグ ツナと切干大根の炒め物 ふしめん汁 牛乳
23日	24日	<p>おいしいものを食べた後も 必ず歯みがき！</p> 		
<ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん 高野豆腐の卵とじ 大根とごぼうのごまマヨあえ しそひじきふりかけ 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">2年生リクエスト献立</div> <ul style="list-style-type: none"> ゆかりごはん からあげ 水菜のサラダ クリームシチュー チョコケーキ 牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">しゅうぎょうしき 終業式</div>			

いりごきごはん(12月13日)

丹後の郷土料理の「いりごきごはん」は、細く切った大根などの具を炒めて味付けし、それを混ぜ込んだごはんです。昔、丹後ではお米はとても貴重なものでした。そこで、米に大根などの具を入れてごはんの量を増やし、おいしく食べられるようにしていたそうです。



都合により、献立を変更することがあります。