



# 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                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 1日                                                                      | 2日                                                    | 3日                                                                                      | 4日                                                                                     | 5日                                                             |
| ・ごはん(有機米)<br>・チャプチェ<br>・とうふの中華スープ<br>・塩キャラメルポテト<br>・牛乳                  | ・ごはん(有機米)<br>・ささみの甘酢がらめ<br>・うの花いり煮<br>・白菜のみそ汁<br>・牛乳  | <b>ひつつみの日</b><br>・ごはん(有機米)<br>・とり肉のみそソース<br>・ツナのおひたし<br>・ひつつみ<br>・牛乳                    | ・ごはん(有機米)<br>・さばの松前煮<br>・かぶの甘酢あえ<br>・とりつくね汁<br>・牛乳                                     | ・ごはん(有機米)<br>・カレーうどん<br>・ささみのサラダ<br>・金時豆の甘煮<br>・牛乳             |
| 8日                                                                      | 9日                                                    | 10日                                                                                     | 11日                                                                                    | 12日                                                            |
| ・ごはん(有機米)<br>・けんちん煮<br>・昆布あえ<br>・こんにゃくのピリ辛煮<br>・牛乳                      | ・ごはん<br>・魚のバジル<br>マヨ焼き<br>・きんぴらごぼう<br>・ワントンスープ<br>・牛乳 | <b>2年生リクエスト献立</b><br>・ごはん<br>・からあげ<br>・ベーコンと野菜のソテー<br>・さつまいものみそ汁<br>・ゼリー(味はお楽しみ)<br>・牛乳 | ・大豆ライス<br>・かぶの和風サラダ<br>・にんじんポタージュ<br>・みかん<br>・牛乳                                       | ・ごはん<br>・さつまいもとレバー<br>のオーロラソース<br>・白菜の即席漬け<br>・わかめのすまし汁<br>・牛乳 |
| 15日                                                                     | 16日                                                   | 17日                                                                                     | 18日                                                                                    | 19日                                                            |
| <b>世界の料理・ロシア</b><br>・麦ごはん<br>・ポークストロガノフ<br>・オリヴィエ<br>・ロシアンティーゼリー<br>・牛乳 | ・ごはん<br>・とり肉のみぞれかけ<br>・煮びたし<br>・豚汁<br>・牛乳             | <b>たんご・食の日</b><br>・いりごきごはん<br>・キスのいそべあげ<br>・おひたし<br>・のっぺい汁<br>・牛乳                       | <b>歯の日</b><br>・麦ごはん<br>・クリスピーチキン<br>・大根とごぼうのサラダ<br>・高野どうふのスープ<br>・牛乳                   | ・ごはん<br>・卵のミートカップ<br>・豚肉と野菜のソテー<br>・大根のスープ<br>・牛乳              |
| 22日                                                                     | 23日                                                   | 24日                                                                                     | 25日                                                                                    |                                                                |
| <b>冬至</b><br>・ごはん<br>・冬至グラタン<br>・れんこんのソテー<br>・マカロニスープ<br>・牛乳            | ・ごはん<br>・マーボー大根<br>・春雨サラダ<br>・青のりビーンズ<br>・牛乳          | ・ごはん<br>・さわらのフライ<br>・ひじきと野菜のソテー<br>・さつまいものスープ<br>・牛乳                                    | <b>終業式・クリスマス</b><br>・ゆかりごはん<br>・グリルチキン<br>・ブロッコリーのサラダ<br>・コンソメスープ<br>・チョコカップケーキ<br>・牛乳 | 冬休み中も<br>3食しっかり食べて<br>元気にすごそう！<br>                             |

## 有機米(1日～8日)

有機米は化学合成された農薬や肥料を使わずに育てられた、環境にやさしいお米です。しかし雑草や害虫などが発生しやすく、農家さんが育てるのに大変な手間がかかります。有機米のおいしさや良さ、栽培の大変さを知ってもらうために、給食で有機米を出します。味わって食べてくださいね。



## ひつつみの日(3日)

岩手県の郷土料理「ひつつみ」は、岩手県でたくさん作られる小麦粉で平たい団子状にしたものを入れた、しょうゆ味の汁物です。練った小麦粉をひきちぎって鍋の中に入れるところから「ひつつみ」と呼ばれています。12月3日の日付を「ひっ(1)つ(2)み(3)」と読む語呂合わせから、全国に知ってもらうために「ひつつみ」の日として岩手県で決められました。



都合により、献立を変更することがあります。