



がつ 12月のこんだて表 ひょう

京丹後市立丹後小学校

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
①ごはん（有機米） ②チャプチェ ③豆腐の中華スープ ④塩キャラメルポテト ⑤牛乳	①ごはん（有機米） ②ササミの甘酢がらめ ③うの花炒り煮 ④白菜のみそ汁 ⑤牛乳	①ごはん（有機米） ②鶏肉のみそソース（新メニュー） ③ツナおひたし ④ひつつみ ⑤牛乳 【ひつつみの日】	①ごはん（有機米） ②サワラのフライ ③ひじきと野菜のソテー ④さつまいものスープ ⑤牛乳	①キムチチャーハン（有機米） ②ヤンニョムチキン ③さつまいもチップス ④コンソメスープ ⑤ココアプリン ⑥牛乳
8	9	10	11	12
①ごはん（有機米） ②けんちん煮 ③昆布和え ④こんにゃくのピリ辛煮 ⑤牛乳	①ごはん ②白身魚のバジルマヨ焼き ③ベーコンと野菜のソテー ④ワントンスープ ⑤牛乳	①ごはん ②鶏天 ③さんぴらごぼう ④油揚げのみそ汁 ⑤牛乳	①大豆ライス ②かぶの和風サラダ ③にんじんポタージュ ④みかん ⑤牛乳	①ごはん ②さつまいもとレバーのオーロラソース ③白菜の即席漬け ④わかめのすまし汁 ⑤牛乳
15	16	17	18	19
①麦ごはん ②ポークストロガノフ ③オリヴィエ ④ロシアンティーズリー ⑤牛乳 （ロシア）	①ごはん ②鶏肉のみぞれかけ ③煮びたし ④豚汁 ⑤牛乳	①いりごきごはん ②キスの磯部揚げ ③おひたし ④のっぺい汁 ⑤牛乳 【たんご・食の日】	①麦ごはん ②クリスピーチキン ③大根とごぼうのサラダ ④高野豆腐のスープ ⑤牛乳 【歯の日】	①ごはん ②卵のミートカップ ③豚肉と野菜のソテー ④大根のスープ ⑤牛乳
22	23	24	25	
①ごはん ②冬至グラタン ③れんこんのソテー ④マカロニスープ ⑤牛乳 【冬至】	①ごはん ②マーボー大根 ③春雨サラダ ④青のりビーンズ ⑤牛乳	①ごはん ②サバの松前煮 ③かぶの甘酢和え ④鶏つくね汁 ⑤牛乳	①減量ゆかりごはん ②グリルチキン ③ブロッコリーのサラダ ④コンソメスープ ⑤チョコカップケーキ ⑥牛乳 【クリスマス】	