

12月


給食だよ!



| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------|---|---|---|--|--|---|
| 屋 食 |  <p>今年も大変お世話になりました。 来年も子どもたちが元気で笑顔になれる給食を作っていきます。よろしくお願いします!</p>  | | | | (1日) 魚のマヨネーズ焼き 白菜とじゃこの炒め煮 豆乳味噌汁 | (2日) ハヤシライス 大根サラダ 果物 |
| おやつ | | | | | お菓子 | お菓子 |
| 屋 食 | (4日) すき焼き風煮 きゅうりの酢の物 すまし汁 | (5日) 魚のキャロット焼き きざみ昆布のサラダ 豆腐の味噌汁 | (6日) カレーうどん 鮭の塩焼き カリフラワーサラダ | (7日) ちゃんこ煮 大根の酢の物 すまし汁 | (8日) 煮魚 フロッコリーサラダ じゃがバター味噌汁 | (9日) 発表会  |
| おやつ | 梅じゃこおむすび | マカロニきな粉・牛乳 | お菓子 | じゃが芋餅・牛乳 | フルーツヨーグルト | |
| 屋 食 | (11日) 味噌肉じゃが 春雨サラダ すまし汁 | (12日) 魚の塩焼き ほうれん草のお浸し れんこんの団子汁 | (13日) 金沢カレー(石川県) マカロニサラダ 果物 | (14日) 五目煮豆 ゆず 入りなます 麩の味噌汁 | (15日) お魚ハンバーグ ごぼうサラダ わかめの味噌汁 | (16日) おかず入りお弁当の日  |
| おやつ | 鮭おむすび | ピザパン・牛乳 | 青菜おむすび | お菓子・牛乳 | ぼらさんクッキング | お菓子 |
| 屋 食 | (18日) 大根の八丁味噌煮 ほうれん草のサラダ すまし汁 | (19日) 焼ししゃも れんこんサラダ 豆腐の味噌汁 | (20日) コーンラーメン 鶏肉のマーマレード煮 大根の酢の物 | (21日) もちつき  | (22日) 魚のケチャップ煮 ほうれん草の白和え (保小中連携献立) わかめの味噌汁 | (23日) 冬野菜カレー ビーフンサラダ 果物 |
| おやつ | お菓子 | 麩のラスク・牛乳 | ゆかりおむすび | 季節のフルーツ・牛乳 | おしるこ | お菓子 |
| 屋 食 | (25日) ひじき入り厚焼き卵 コーンスローサラダ かぼちゃ味噌汁 | (26日) 魚のゆずソースかけ (保小中連携献立) ポテトサラダ わかめ味噌汁 | (27日) 年越し手打ちうどん  | (28日) 鶏肉の治部煮 フロッコリーサラダ すまし汁 | (29日) 酢豚 わかめサラダ 中華スープ | (30日) お休み |
| おやつ | さつま芋おむすび | 季節のフルーツ・牛乳 | わかめおむすび | チーズケーキ・牛乳 | きな粉おむすび | |

12月の予定

- 12月16日(土) おかず入り弁当の日
- 12月15日(金) ぼら組さんおやつクッキング
- 12月21日(木) もちつき
- 12月27日(水) うどんクッキング



~12月においしい益田の食べ物~

サバは青魚です。「さば」の名称の由来は一説に小さい歯が多いことから「小(さ)歯(ぼ)」といわれるようになったそうです。

頭の働きを良くしてくれるDHAや血液をサラサラにしてくれるえEPAなどの脂がたっぷり含まれています。

