

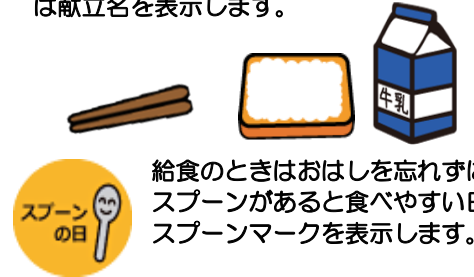
平成30年

12月 December

寒さが厳しくなってきました。今月はクリスマスや冬至の献立、初登場のメニューもあり、華やかな内容です。13日(木)は牛乳の代わりにジョアが付きまます！体調管理をしっかりと、元気に年末年始を迎えましょう。

マークシートで給食を申し込む場合は、11月15日(木)の給食時間までに配膳室に提出してください。予約システム(パソコン、スマートフォン、携帯電話)での申し込みは、通常通り7日前までです。

毎日、ご飯と牛乳(200ml)が付きます。主食が炊き込みご飯やパンなどの場合は献立名を表示します。



3日(月) 肉うどん
・ひじきごはん
・海藻サラダ
・いかの薬味焼き

4日(火) フィッシュフライ
・おさつパン
・キャベツの
カレーソテー
・パジルスパゲティ
・ピーンストマト
・卵スープ

5日(水) カレー風味からあげ
・ブロッコリーの
土佐煮
・野菜炒め
・温州みかんゼリー
・わかめと
玉ねぎのみそ汁

6日(木) 牛肉のフルコギ風
甘辛炒め
・ゆでキャベツ
・三色ナムル
・揚げえび焼売

7日(金) 大根カレー
・豚しゃぶサラダ
・ほうれん草と
コーンの炒めもの
・パン缶
スプーンの日

10日(月) かぼちゃと海鮮の
かき揚げ
・大豆の五目マーボー
・国産梨ゼリー
・かす汁

11日(火) 白身魚の
バーベキューソース
・パニーニ
・さつま芋フライ
・もやしと豆腐の
バター炒め
・黄桃缶
・ビーフシチュー
スプーンの日

12日(水) ぶり大根
・かぼちゃの
そぼろあんかけ
・みたらし団子
・ゆばのすまし汁

13日(木) ローストチキン
・トマトピラフ
・マッシュポテト
・野菜サラダ
・お米de国産
りんごのタルト
・ジョア
(プレーン味)

14日(金) 鶏肉と切干大根の
南蛮ソース
・鶏肉と切干大根の
南蛮ソース
・野菜のごま炒め
・かぼちゃの甘煮
・かきたま汁



冬至メニュー
今年の冬至は12月22日です。冬至は太陽の高さが一年中で最も低くなり、昼間が最も短くなります。この日にかぼちゃを食べると風邪をひかないと言われています。昔の日本では、長期保存のできるかぼちゃは冬場の貴重な栄養源であったようです。現在は、冬でも色々な野菜が出回っていますが、冬至にかぼちゃを食べて風邪を予防しましょう！

クリスマスメニュー
トマトピラフは初登場！ローストチキンに、デザートも入っています。牛乳の代わりにジョアが付く、お楽しみ献立です♪ みんなで楽しい食事の時間を過ごしてくださいね！

良いお年を