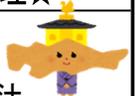
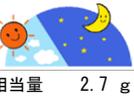




12月予定献立表



月 2日	火 3日♪ひつつみの日♪	水 4日	木 5日	金 6日☆京都の料理☆	予約締切
カレー南蛮うどん 竹輪のごま天ぷら ひじきの和風サラダ 牛乳寒天黒蜜がけ 	もち麦ごはん ほっけのオイル焼き 芥子酢和えのお揚げのせ ひつつみ味噌仕立て 南瓜豆乳プリン 	もち麦ごはん デミグラスハンバーグ 人参グラッセ 蒟蒻と海藻のサラダ 豆乳と白いんげんのスープ 	もち麦ごはん かぼちゃ麻婆豆腐 中華春雨サラダ ザーサイと蕪のスープ 杏仁フルーツ 	衣笠井 大根のふろふき 京菜と湯葉のすまし汁 手作り生八つ橋風 	11/22 (金)
9日☆事八日献立☆	10日	11日	12日	13日	
もち麦ごはん 赤魚の煮付け 厚揚げと青菜の炊き合わせ 野菜の練ごま和え お事汁(六質汁) 	もち麦ごはん ギョロツケ 野菜のカレー風味炒め カルボナーラポテサラ ブロッコリーの味噌汁 	もち麦ごはん チーズタッカルビ チョレギサラダ トックと若布のスープ 果物(柑橘類) 	ツナ玉ケチャプライス ガーリックマスタードサラダ さつま芋のポタージュ 人参とりんごのゼリー 	もやしあんかけ中華そば 大根の即席漬け 手作りごまあんまん 	11/29 (金)
16日	17日	18日	19日❄️冬至献立❄️	20日	
もち麦ごはん 鰯の香り揚げ 南瓜のそぼろ煮 大根と若布の葱ドレ和え 豆腐となめこの赤出汁 	ジョア(ストロベリー) ホワイトカレーライス ブロッコリーと豆のサラダ ジュリエンスープ 果物(りんご) 	もち麦ごはん, 担々肉じゃが 青菜の華風和え きのこの中華スープ A: カスタードプリン B: ほうじ茶プリン 	もち麦ごはん 鯖の柚子みぞれがけ 蒟蒻と蓮根のピリ辛炒め 南瓜のいとこ煮 厚揚げけんちん 	ポークストロガノフ 花野菜サラダ ポテトスープ ココアプリン 	12/6 (金)
23日	24日	25日	❄️19日 冬至献立❄️ 今年の冬至は21日です。冬至は二十四節気のひとつで、1年で最も昼が短い日です。給食では都合により2日早い提供となります。冬至には無病息災を祈り、南瓜を食べたりゆず湯に入ったりする風習があります。また、【ん】のつく食べ物を食べると幸運になる『運盛り』という言い伝えもあります。給食にも運盛り食材を豊富に取り入れるので、何個あるか探してみてください。厄払いの小豆は、いとこ煮として提供します。  		
野沢菜チャーハン 小魚のエスニック竜田揚げ チンゲン菜のピリ辛サラダ ワンタンスープ グレープゼリー 	もち麦ごはん すきやき風煮 野菜と若布の生姜酢和え じゃがバター味噌汁 ゆべし風くるみ餅 	ガーリックライス ローストチキン のり塩フレンチポテト レモン風味のコールスロー パンプキンポタージュ, ミニデザート 	❄️19日 冬至献立❄️ 今年の冬至は21日です。冬至は二十四節気のひとつで、1年で最も昼が短い日です。給食では都合により2日早い提供となります。冬至には無病息災を祈り、南瓜を食べたりゆず湯に入ったりする風習があります。また、【ん】のつく食べ物を食べると幸運になる『運盛り』という言い伝えもあります。給食にも運盛り食材を豊富に取り入れるので、何個あるか探してみてください。厄払いの小豆は、いとこ煮として提供します。  		12/13 (金)
☆ 9日 事八日 ☆【お事汁(六質汁)】 事八日(ことうか)は2月8日と12月8日の年2回、またはいずれかに行われる、日本の年中行事の一つ、どちらかを「事始め」、他方を「事納め」と呼びます。「事」を年間の祭事あるいは農作業と解釈し、2月を事始め、12月を事納めとする地域が多いようですが、関東では、「事」を新年のお祝い事と解釈し、12月を事始めとする地域もあります。一日遅れの12月9日の給食では、無病息災を願った【お事汁】という味噌汁を提供します。六質汁ともいい、6種類の具材(里芋・大根・にんじん・ごぼう・こんにゃく・小豆)を入れるのが定番です。 					

※17日を除き、牛乳は毎日つきます。献立は都合により変更することがあります。

冬休み



食べ過ぎ・運動不足に
気をつけ、規則正しく
生活リズムを整えて
過ごしましょう♪