



12がつのこんだてひょう



まいづるしりつたかのしょうがっこう
舞鶴市立高野小学校

こんげつ きゅうしよちくひょう
今月の給食目標

じかん かんが じょうず た
時間を考え、上手に食べよう！

★牛乳は毎日つきます

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
ごはん アジのかば焼き 白菜のみそ汁  舞鶴のさかな	チキンのパエリア風 じゃがいもの チーズ煮 野菜スープ  舞鶴のさかな	黒糖パン 白菜の米粉クリーム シチュー ブロッコリーサラダ 	麦ごはん 豚肉のしょうが炒め 厚揚げのみそ汁 	パン チリコンカン かぶのスープ 
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
ごはん サバのみそ煮 かき玉汁  舞鶴のさかな	大根ごはん 昆布豆 すまし汁  舞鶴のさかな	全粒粉パン フライドチキン コーン玉子スープ 	麦ごはん 冬野菜入り マーボー豆腐 切干大根のナムル 豆腐の他にかぶと白菜が入ったマーボー豆腐です 	小型パン きつねうどん ごま和え リンゴジャム 
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	<div data-bbox="1456 1317 1799 1561" data-label="Text"> <p>19日は、2学期最後の給食です。楽しい時間を過ごしましょう！</p> </div> <div data-bbox="1456 1575 1799 2050" data-label="Text"> <p>寒くなると、冷たい牛乳が飲みづらくなりますね。でも、牛乳には骨をじょうぶにするカルシウムがたくさん含まれているので、残さずに飲みましょう！</p>  </div>
ごはん おでん 甘酢和え 	キムチチャーハン エテカレイのから揚げ 春雨スープ  舞鶴のさかな	味付けパン シェパードパイ かぼちゃのポタージュ <冬至献立> 	麦ごはん ポークカレー コーンサラダ 福神漬 クリスマスケーキ 	

冬至とかぼちゃ

冬至は1年で最も昼間が短い日のことで、今年は12月22日です。昔から「冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかない」とか「長生きする」と言われています。これは緑黄色野菜が不足する冬に、夏から保管しておいたかぼちゃを食べることでビタミン補給をした、昔の人の知恵です。

《お知らせ》

12月から給食のお米は、新米になります。秋に収穫された舞鶴産コシヒカリです。今月の地場産物は、2日(月)のアジと17日(火)のエテカレイです。エテカレイは2回目なので、上手に中骨が取れると思います。



<お願い>

19日(木)の給食終了後に当番の児童は、白衣を持って帰ります。その際、取れたボタンやほつれなどを直していただくと助かります。

3学期もみんなが気持ちよく使えるよう、ご協力をよろしくお願いいたします。

