



《牛乳は毎日あります》

12月 こんだてひょう



平成30年11月30日 舞鶴市立倉梯第二小学校

げつようび 月曜日 (むぎごはんの日)	かようび 火曜日 (ごはんの日)	すいようび 水曜日 (パンの日)	もくようび 木曜日 (味付けごはんの日)	きんようび 金曜日 (加工パンの日)
3日	4日	5日	6日	7日
むぎ 麦ごはん きょうざ丼 スーミータン	ごはん ぶたにくの しょうが炒め ゆかりあえ あつあげのみそ汁	あ ココア揚げパン パインサラダ かぶのスープ	キムチチャーハン サゴシのからあげ 春雨スープ 【地場産物の日】	こくとうパン シェパードパイ風 コーンたまごスープ シェパードパイとは、マッシュ ポテトとパイ皮と牛肉で作るイ ギリスのミートパイです。給食 用にアレンジしています。
10日	11日	12日	13日	14日
むぎ 麦ごはん ふゆやさい マーボー やさいチップス	わかめごはん ツバスの 甘辛ソース はくさいの みそ汁 【地場産物の日】	しよく こがた食パン きつねうどん 切り干し大根の ナムル いちごジャム	だいこん 大根ごはん エテカレイの からあげ さつまじる 【地場産物の日】	ぜんりゆうふん 全粒粉パン フライドチキン ミネストローネ みかん (クリスマス献立) ほしかた こめこ 星型の米粉マカロニが はい 入っているよ
17日	18日	18日で2学期の給食が終わります。冬休みになっても、風邪をひかないように、3食しっかり食べましょう。		【地場産物の日】 むいか もく 6日(木)サゴシ 11日(月)ツバス 13日(木) エテカレイ
むぎ 麦ごはん さばのみそ煮 かぼちゃのそぼろ煮 <冬至の献立>	カレーライス 大根サラダ サンタさんの ケーキ			くなかよし産直 さんから> ・かぶ ・ニンニク

<冬至とかぼちゃ>

冬至の日は北半球で太陽の位置が最も低いため、1年で昼が一番短くなります。今年は22日(土)です。「冬至に南瓜を食べるとかぜをひきにくい」と言われています。今では1年中いろいろな野菜がありますが、昔は緑黄色野菜が不足する冬に、夏から保存することができる南瓜を食べて、ビタミンを摂っていました。

また、冬至に「ん」のつく食べ物を食べると「運盛り」といって運がよくなると言われています。例えば、れんこん、にんじん、ぎんなん、うどん、かんでん、南瓜(かぼちゃ)などです。



《今月の給食目標》

『給食当番に協力をしよう』

- * 給食がきれいに配膳できるように、当番の人も当番ではない人も、みんなで協力しよう。
- * 給食の準備がしやすいように、机の上をかたづけて、静かに待とう。

