



12月もりつけ表



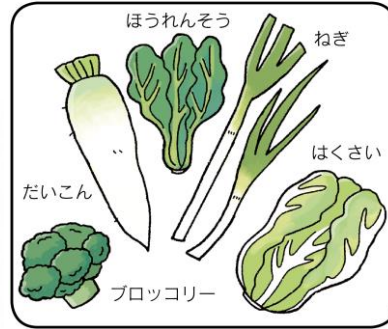
錦城中学校

今月の給食目標

冬の食生活について考えよう



冬に美味しい野菜を食べよう

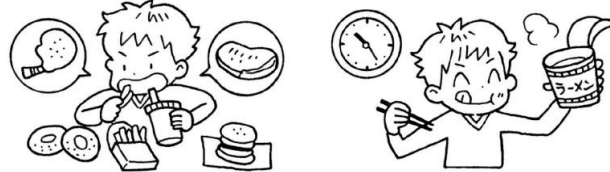


1日	カレーライス 福神漬	グリーンサラダ
4日	煮込みハンバーグ チーズポテト	白ごはん キャベツと コーンのスープ
5日	はべんの天ぷら 小松菜の炒め物	ヨーグルト 白ごはん 芋煮汁
6日	さばのカレーあげ おひたし	白ごはん 豚大根
7日	豚キムチ みかんクレープ	白ごはん 中華風 たまごスープ
8日	パンパンジーサラダ	白ごはん 酢豚
11日	鶏肉と根菜の カラフル炒め	白ごはん みそ汁
12日	りんご 親子丼 ごぼうサラダ	白ごはん かやくうどん
13日	かき揚げ 糸昆布の炒め煮	白ごはん かやくうどん
14日	ポークビーンズ ミルクロール (あげパン)	白菜の クリームスープ
15日	ハタハタの唐揚げ 切り干し大根のサラダ	白ごはん 筑前煮
18日	かぼちゃの そぼろあん ゆずゼリー	わかめごはん みそけんちん汁
19日	いわしのしょうが煮 五目煮豆	白ごはん 根菜のごま汁
20日	小魚ナッツ	ビビンバ わかめスープ
21日	クリスマスケーキ クリスマスピラフ 照り焼きチキン	かぶのスープ



冬休みの食生活

食べすぎや夜食のとりすぎ、不規則な食生活に気をつけよう



今年は
12月22日