



12月もりつけ表

毎月19日は
食育の日

錦城中学校

<p>2日</p> <p>おじゃがのマヨネーズ風味 ヨーグルト</p> <p>白ごはん さつま汁</p>	<p>3日</p> <p>かき揚げ 糸昆布の炒め煮</p> <p>白ごはん かやくうどん</p>	<p>4日</p> <p>いわしの生姜煮 おひたし</p> <p>白ごはん 豚肉と大根の味噌煮</p>	<p>5日</p> <p>みかん</p> <p>親子丼 ごぼうサラダ</p>	<p>6日</p> <p>鶏肉と野菜の カラフルいため</p> <p>白ごはん 肉入りワンタンスープ</p>
<p>9日</p> <p>ミートボール スパゲッティサラダ</p> <p>白ごはん ペイザンヌスープ</p>	<p>10日</p> <p>鯖のカレー揚げ 五目煮豆</p> <p>白ごはん 芋煮汁</p>	<p>11日</p> <p>ピビンバ わかめスープ</p>	<p>12日</p> <p>ソースカツ 粉ふき芋</p> <p>白ごはん 卵とほうれん草のスープ</p>	<p>13日</p> <p>カレーライス 福神漬</p> <p>グリーンサラダ</p>
<p>16日</p> <p>鮭フライ 切干大根のサラダ</p> <p>白ごはん 筑前煮</p>	<p>17日</p> <p>パンパンジーサラダ</p> <p>白ごはん 酢豚</p>	<p>18日</p> <p>豚キムチ ココアワッフル</p> <p>白ごはん 中華風たまごスープ</p>	<p>19日</p> <p>ツナサラダ</p> <p>ミルクロール(あげパン) クリームシチュー</p>	<p>20日</p> <p>かぼちゃの そばろあん</p> <p>ゆずゼリー</p> <p>わかめごはん 根菜のごま汁</p>

23日

クリスマスケーキ

チキンライス オムレツ

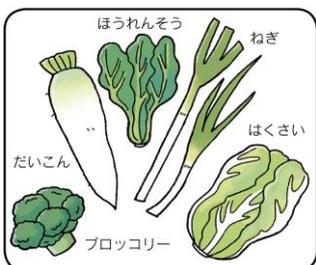
かぶのスープ

今月の給食目標

冬の食生活について考えよう



冬においしい
野菜を食べよう



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

