



# 12月もりつけ表

毎月19日は  
食育の日

|  |  |   |  |   |
|--|--|---|--|---|
| <p>2日 (月)</p> <p>おじゃがのマヨネーズふうみ</p> <p>白ごはん さつまじる</p>                             | <p>3日 (火)</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>4日 (水)</p> <p>ピビンバ わかめスープ</p>  | <p>5日 (木)</p> <p>いわしのしょうがにおひたし ヨーグルト</p> <p>白ごはん ふたにくと だいごのみそに</p> | <p>6日 (金)</p> <p>パンパンジーサラダ</p> <p>白ごはん すぶた</p>                      |
| <p>9日 (月)</p> <p>ミートボールスパゲッティサラダ</p> <p>低学年3個<br/>高学年4個</p> <p>白ごはん ペイザンヌスープ</p> | <p>10日 (火)</p> <p>みかん</p> <p>おやかどん ごぼうサラダ</p>                | <p>11日 (水)</p> <p>さばのカレーあげごもくにまめ</p> <p>白ごはん いもにじる</p>                      | <p>12日 (木)</p> <p>カレーライス ふくじんづけ グリーンサラダ</p>                        | <p>13日 (金)</p> <p>ソースカツこふきいも</p> <p>白ごはん たまごほうれんそうのスープ</p>          |
| <p>16日 (月)</p> <p>かきあげいとごんぶのいたために</p> <p>白ごはん かやくうどん</p>                         | <p>17日 (火)</p> <p>ふたキムチ ココアワッフル</p> <p>白ごはん ちゅうかふうたまごスープ</p> | <p>18日 (水)</p> <p>冬至の献立</p> <p>かぼちやのそぼろあん ゆずゼリー</p> <p>わかめごはん こんさいのごまじる</p> | <p>19日 (木)</p> <p>さけフライ きりほしだいごんのサラダ</p> <p>白ごはん ちくぜんに</p>         | <p>20日 (金)</p> <p>クリスマスの献立</p> <p>クリスマスケーキ</p> <p>チキンライス かぶのスープ</p> |

## 12月の目標

びょうき ま しょくじ  
病気に負けない食事をしよう

