

# 12月のこんだて

杉並区立永福小学校

	1日（火） 大豆 <sup>だいず い</sup> 入りドライカレー キャベツとコーンの ドレッシングかけ グレープゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	2日（水） 国内産 麦 <sup>むぎ</sup> ごはん 鶏 <sup>とり</sup> ごぼうバーグ じゃがいものみそ汁 <sup>しる</sup> 白菜 <sup>はくさい</sup> のおひたし ぎゅうにゅう 牛乳	3日（木） ほうとう ぱりぱりひじき ブロッコリーのごまじょうゆあえ みかん ぎゅうにゅう 牛乳	4日（金） 高野豆腐 <sup>こうや どうふ</sup> のそぼろごはん けんちん汁 <sup>じる</sup> 小松菜 <sup>こまつな</sup> ともやしのおひたし ぎゅうにゅう 牛乳
7日（月） 照 <sup>て</sup> り焼きフィッシュバーガー トマトシチュー みかん ぎゅうにゅう 牛乳	8日（火） 親子 <sup>おやこどん</sup> 丼 かぶのみそ汁 <sup>しる</sup> シャキシャキあえ ぎゅうにゅう 牛乳	9日（水） 麦 <sup>むぎ</sup> ごはん 豆 <sup>まめ</sup> あじの南蛮漬 <sup>なんばん づ</sup> さつま汁 <sup>じる</sup> 大根 <sup>だいこん</sup> のゆかりあえ ぎゅうにゅう 牛乳	10日（木） 中華菜飯 <sup>ちゅうか な めし</sup> わんたんスープ 乳 <sup>にゅう</sup> ない豆腐 <sup>どうふ</sup> ぎゅうにゅう 牛乳	11日（金） 麦 <sup>むぎ</sup> ごはん ゼリーフライ 豚汁 <sup>とん じる</sup> あいませ ぎゅうにゅう 牛乳
14日（月） ししじゅうしい 焼 <sup>や</sup> きしししゃも イナムドゥチ きりぼし 切干とキャベツのごま酢 <sup>す</sup> あえ ぎゅうにゅう 牛乳	15日（火） 五目 <sup>ごもく</sup> あんかけ焼 <sup>や</sup> きそば ひじきスープ りんご ぎゅうにゅう 牛乳	16日（水） 麦 <sup>むぎ</sup> ごはん 鹿児島 <sup>かごしま</sup> さつま揚げ <sup>あ</sup> 大根 <sup>だいこん</sup> と玉ねぎのみそ汁 <sup>しる</sup> こまつな 小松菜ともやしの辛 <sup>からし</sup> 子じょうゆあえ ぎゅうにゅう 牛乳	17日（木） チキンクリームライス じゃこサラダ みかん ぎゅうにゅう 牛乳	18日（金） 国内産 麦 <sup>むぎ</sup> ごはん 鮭 <sup>さけ</sup> の照 <sup>て</sup> り焼 <sup>や</sup> き 野菜 <sup>やさい</sup> のみそ汁 <sup>しる</sup> 白菜 <sup>はくさい</sup> のおかかじょうゆあえ ぎゅうにゅう 牛乳
21日（月） きなこ豆乳 <sup>とうにゅう</sup> トースト ポークビーンズ なん <sup>なん</sup> せんぎ 何でも千切りサラダ ぎゅうにゅう 牛乳	22日（火） ☆冬至☆ 麦 <sup>むぎ</sup> ごはん さわらのゆうあん焼 <sup>や</sup> き 大根 <sup>だいこん</sup> と油揚げのみそ汁 <sup>しる</sup> かぼちゃのそぼろ煮 <sup>に</sup> ぎゅうにゅう 牛乳	23日（水） ☆天皇誕生日 <sup>てんのう たんじょうび</sup> ☆ 	24日（木） キムチ炒飯 <sup>ちやーはん</sup> ぼうぎょうざ 棒餃子 わかめスープ みかん ぎゅうにゅう 牛乳	25日（金） ☆リザーブ給食 <sup>きゅうしょく</sup> ☆ 

☆今月の目標☆  
仲良く楽しく食べよう！

