



# 令和6年12月 献立表

献立に使われている材料などを確認する場合は裏面で



月	火	水	木	金
2 ご飯 魚のホイル焼き ほうれん草とコーンのサラダ クリームシチュー 牛乳 759 kcal	3 ハヤシライス ごぼうサラダ イチゴのパバロア 牛乳 866 kcal	4 手巻きご飯(麦) 干大根と汐鯨の炒め煮 うの花汁 牛乳 825 kcal	5 麦ご飯 あじの南蛮漬 浦上そばろ じゃが芋のみそ汁 牛乳 808 kcal	6 <b>期末考査</b> ドライカレー ポテトサラダ 杏仁豆腐 牛乳 907 kcal
9 <b>期末考査</b> ご飯 サバの味噌煮 辛子和え だご汁 牛乳 732 kcal	10 <b>期末考査</b> シーフードドリア キャベツとコーンのサラダ 野菜スープ 牛乳 864 kcal	11 <b>期末考査</b> ちゃんぽん 揚げしゅうまい 蒸しパン 牛乳 760 kcal	12 <b>期末考査</b> ご飯 ホキ天の玉揚げ(青さ入り) ニラともやしのソテー 豚汁 牛乳 804 kcal	13 肉団子のカレー ツナサラダ ヨーグルト和え 牛乳 923 kcal
16 麦ご飯 おでん 蒸鶏のサラダ みかん 牛乳 807 kcal	17 ご飯 鯨と野菜のピリ辛炒め 春雨サラダ 中華スープ 牛乳 862 kcal	18 タコライス(麦) 大豆の五目煮 もずくスープ 牛乳 829 kcal	19 わかめご飯 五目うどん かき揚げ フルーツカクテル 牛乳 882 kcal	20 <b>カレーライス おかわり自由 day</b> 鶏と大豆のカレー マカロニサラダ 甘夏ゼリー 牛乳 948 kcal
23 麦ご飯 豚肉の生姜焼き 野菜スープ きな粉団子 牛乳 813 kcal エネルギー	24 <b>【終業式】</b> アラビータ フライドチキン風 ポタージュスープ クリスマスデザート 牛乳 889 kcal エネルギー	 <b>December</b> 新年の給食は1月8日から始まります。		

※天候や仕入れの都合により、献立は予告なく一部変更することがあります。

月平均エネルギー: 839 kcal

☆☆☆食堂や廊下に掲示してあるとおり、給食の申込と取消の期日は次のようになっています☆☆☆

毎月分 | 前月の15日までに申込書、前月の2日までに取消願を提出 例: 1月分を申し込む場合は12月15日まで

## 『冬至』と食べ物

冬至は、1年のうちで昼間が最も短く、夜が最も長い日です

冬至を過ぎると次第に日が長くなります。冬至にまつわる食べ物には、「かぼちゃ」や

「ゆず」があります。ビタミン豊富な「かぼちゃ」は煮物などの料理で食べ、「ゆず」はお風呂に入れてゆず湯にしましょう。



今年は

12月  
21日