

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
ごはん しらたきのピリ辛炒め キャベツのツナ和え	ごはん 根菜のそぼろ煮 おきな漬け	ごはん コロッケ・ソース 添え野菜 もずくスープ	親子丼 梅しそ和え 果物（みかん）	ごはん クリームシチュー フレンチサラダ
				
9	10	11	12	13
ごはん 手作りふりかけ 生揚げの煮物 たくあん和え	カレーピラフ ハムサラダ 冬瓜スープ	梅ごはん 肉うどん 小松菜とりのりの和え物	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き ほうれんそうのソテー マカロニスープ	麦ごはん 鱈と高野豆腐の中華炒め 中華風コーンスープ
				
16	17	18	19	20
ごはん カレー豆腐 大根サラダ	ごはん 鯖の塩焼き ささみサラダ はんぺん汁	わかめごはん 味噌ラーメン 切干大根の甘酢和え	ごはん 肉じゃが 白和え	ごはん がんもどきの煮物 ちくわのゆずみそドレ
				
23	24	25	26	27
クロワッサン・フライドチキン ブロッコリーサラダ ミニトマト かぼちゃのスープ お楽しみデザート	ごはん マカロニグラタン ポイルブロッコリー ミネストローネ	ごはん 赤魚の甘酢漬け ごま和え けんちん汁	ごはん 蓮根つくね りんごソース ポイルキャベツ みそ汁	ロールパン 焼きそば ごぼうサラダ 果物（みかん）
				

R6年

12月



 ~20日（金）冬至~

21日（土）は冬至です。冬至は昼間が1年間の中で最も短く、夜が最も長い日です。冬至の日にはかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりすると、この冬風邪をひかないという言い伝えがあります。また、「ん」のつく食べ物を食べると、風邪をひかない。長生きする、幸運を得られると言われています。給食でも行事食として南瓜や人参を入れる予定です。

