



# 12月 献立表



月	火	水	木	金
1 ホィコーロー ごはん 中華スープ 牛乳	2 いかの照り焼き じゃこ和え ごはん 厚揚げと大根の煮物 牛乳	3 鶏肉のマスタード焼き キャベツのソテー 黒糖パン 大豆とニョッキのトマト煮 牛乳	4 にらまんじゅう (小1～2年 ①個/他 ②個) チョレギサラダ ごはん ポーミントンスープ 牛乳	5 いわしのカリカリフライ (小 ②尾/他 ③尾) 五目豆 ごはん 具だくさんみそ汁 牛乳
8 キーマカレー ツナサラダ 牛乳	9 さわらの西京焼き のり和え ごはん 関東煮 牛乳	10 かぼちゃと豆のサラダ うどん 五目うどん 小型玄米パン 牛乳	11 ビビンバ丼 わかめスープ 牛乳	12 ぶりのみそ漬けフライ 小松菜と白菜のごま和え ごはん もちもち団子汁 牛乳
15 つくねの照り焼き (小1～2年 ①個/他 ②個) キャベツの梅和え ごはん 冬野菜のみそ汁 牛乳 *三重地物一番給食の日*	16 さばのカレー焼き かおり和え ごはん けんちん汁 牛乳	17 トマトミートオムレツ オニオンサラダ ミルクパン さつまいものシチュー 牛乳	18 クリスマス献立 クリスマスデザート フライドチキン コーンクリームサラダ ごはん コンソメスープ 牛乳	19 冬至献立 メバルの塩こうじ焼き れんこんの金平 ごはん かぼちゃのみそ汁 牛乳
22 ハヤシライス カラフルサラダ 牛乳	23 終業式			
12月の給食目標 冬野菜を 食べよう！ だんだんと寒くなってきました。 冬野菜には、体を温める働きや 体の抵抗力を高める「ビタミン」 が多く入っています。 …冬野菜を使った献立 (食べながら探してみてね！)				
今月のいなべ市産の 食材を使った日 いなべ市産の食材を使用した日は 献立名の横に「 マークが ついています。				