



# 12月 献立表



月	火	水	木	金
1 ホイコーロー <sup>牛乳</sup> ごはん 中華スープ	2 いかの照り焼き <sup>牛乳</sup> じゃこ和え ごはん 厚揚げと大根の煮物	3 鶏肉のマスタード焼き <sup>牛乳</sup> キャベツのソテー 黒糖パン 大豆とニヨッキのトマト煮	4 たらまんじゅう <sup>牛乳</sup> (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	5 いわしのカリカリフライ <sup>牛乳</sup> (小②尾/他③尾) 五目豆 ごはん 魚だくさんみそ汁
8 キーマカレー <sup>牛乳</sup> ツナサラダ	9 さわらの西京焼き <sup>牛乳</sup> のり和え ごはん 関東煮	10 かぼちゃと豆のサラダ <sup>牛乳</sup> うどん 小型玄米パン 五目うどん	11 ビビンバ丼 わかめスープ	12 ぶりのみぞ漬けフライ <sup>牛乳</sup> 小松菜と白菜のごま和え ごはん もちもち団子汁
15 つくねの照り焼き <sup>牛乳</sup> (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 *三重地物一番給食の日*	16 さばのカレー焼き <sup>牛乳</sup> かおり和え ごはん けんちん汁	17 トマトミートオムレツ <sup>牛乳</sup> オニオンサラダ ミルクパン きつまいものシチュー	18 クリスマス献立♪ クリスマス フライドチキン <sup>牛乳</sup> ビーガン コーンクリームサラダ ごはん コンソメスープ	19 冬至献立 <sup>牛乳</sup> 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
22 ハヤシライス <sup>牛乳</sup> カラフルサラダ	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。