



12月 こんだてひょう



月		火		水		木		金		
<p>「和食」が世界無形文化遺産に登録されてから 3年がたちました。 あらためて、和食の良さを感じよう！！</p>					<p>栽培委 員会 で た お 米 プ ラ チ ナ</p>		<p>1日 和食について保健 委員さんが教えて くれます</p>		<p>2日</p>	
<p>すきやきどん そくせきづけ くだもの(りんご) ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 623 kcal</p>		<p>やきうどん だいこんのそぼろに いきなりだんご ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 586 kcal</p>		<p>フレンチトースト ポトフ ツナサラダ ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 583 kcal</p>		<p>プラチナ米いりごはん すまし汁 サケのゆずみそやき 牛にくの八幡まき にびたし フルーツ寒天 むぎ茶 エネルギー - 603 kcal</p> <p>I補給 - 698 kcal</p>		<p>ちゅうかどん 大根ときゅうりのかおりづけ 二色のふかしいも ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 696 kcal</p>		
<p>5日</p>		<p>6日</p>		<p>7日</p>		<p>8日</p>		<p>9日</p>		
<p>だ(ち)ゃづけ しおサケ ほうれんそうのごまあえ あさづけ みたらしだんご ぎゅうにゅう125ml</p> <p>I補給 - 657 kcal</p>		<p>ごはん けんちん汁 ムロアジのメンチカツ ポイルキャベツ ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 629 kcal</p>		<p>スパゲティホワイトソース カレーピクルス レモンケーキ ぎゅうにゅう125ml</p> <p>I補給 - 727 kcal</p>		<p>ハヤシライス フレンチサラダ くだもの(キウイフルーツ) ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 698 kcal</p>		<p>おにぎり(ゆかり・おかか) とん汁 とりのからあげレモンソース かいそうサラダ ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 664 kcal プラチナ交流給食</p>		
<p>12日</p>		<p>13日</p>		<p>14日</p>		<p>15日</p>		<p>16日</p>		
<p>だ(ち)ゃづけ しおサケ ほうれんそうのごまあえ あさづけ みたらしだんご ぎゅうにゅう125ml</p> <p>I補給 - 657 kcal</p>		<p>ごはん けんちん汁 ムロアジのメンチカツ ポイルキャベツ ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 629 kcal</p>		<p>スパゲティホワイトソース カレーピクルス レモンケーキ ぎゅうにゅう125ml</p> <p>I補給 - 727 kcal</p>		<p>わかめごはん しせんふうスープ 咕啞肉(ク-ロ-ヨ) ←すぶた だいこんとザ-サイのピリカあえ ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 656 kcal</p>		<p>ごはん じゃこふりかけ みそ汁 ぎせいどうふ おひたし ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 632 kcal</p>		
<p>19日</p>		<p>20日</p>		<p>21日</p>		<p>22日</p>		<p>23日</p>		
<p>さつまいもごはん すまし汁 ブリのみそやき きんぴらごぼう くだもの(みかん) ぎゅうにゅう125ml</p> <p>I補給 - 622 kcal</p>		<p>フランスパン 豆と野菜のスープ(ポブチョルバ) ムサカ(じゃがいものミートグラタン) フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう125ml</p> <p>I補給 - 668 kcal</p>		<p>ほうとううどん ちやわんむし のりのサラダ くだもの(りんご) ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 578 kcal</p>		<p>パエリア ほうれんそうのポタージュ フルーツパフェ ぎゅうにゅう</p> <p>I補給 - 723 kcal</p>		<p>天皇誕生日</p>		
<p>「和食」に親しみつつ、 世界の料理にも目を むけてみましょう！</p>		<p>ターニャ先生の ふるさとの味 ブルガリア料理</p>		<p>日本の行事食 「冬至」には、 かぼちゃと 「ん」のつく 食べ物をたべよ</p>		<p>スペイン料理 代表的な米料理</p>		<p>中国料理 広東料理の一 つ ぶた肉と野菜</p>		

