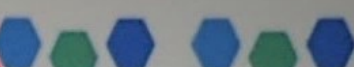


12月こんだてひょう



令和2年度

港区立白金小学校

月	火	水	木	金
<p><今月の給食目標></p> <p>手をきれいに洗おう</p> 	<p>1日</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう さかなのあずまに かぶのサラダ みそしる</p> <p>I補給 - 586 kcal</p>	<p>2日</p> <p>チキンカレーライス ぎゅうにゅう ひよこまめいりサラダ りんご</p> <p>I補給 - 694 kcal</p>	<p>3日</p> <p>かやくごはん ぎゅうにゅう さばのにつけ あさづけ かすじる</p> <p>大阪府の郷土料理</p> <p>I補給 - 632 kcal</p>	<p>4日</p> <p>ちゅうかどん ぎゅうにゅう わかめスープ だいこんときゅうりのキムチふう みかん</p> <p>I補給 - 602 kcal</p>
<p>7日</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう なめたけ にくじゃが キャベツとわかめのからししょうゆ</p> <p>I補給 - 597 kcal</p>	<p>8日</p> <p>ねりまだいこんスパゲティ ぎゅうにゅう さつまいもとブロッコリーのサラダ フルーツポンチ</p> <p>I補給 - 634 kcal</p>	<p>9日</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう とうふのまさごあげ きりぼしだいこんのいために みそしる</p> <p>I補給 - 666 kcal</p>	<p>10日</p> <p>イエローライス ぎゅうにゅう ポポティ ジュリエンスープ りんご</p> <p>「世界を味わおう」 南アフリカ共和国の料理</p>  <p>I補給 - 681 kcal</p>	<p>11日</p> <p>ひじきごはん ぎゅうにゅう メヒカリのからあげ くじらじる おひたし</p> <p>13日正月事始め・すす払い</p> <p>I補給 - 629 kcal</p>
<p>14日</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう イカのチリソース はくさいとりんごのサラダ たまごスープ</p> <p>I補給 - 637 kcal</p>	<p>15日</p> <p>ガーリックトースト ぎゅうにゅう ポークシチュー ピーズサラダ みかん</p> <p>I補給 - 638 kcal</p>	<p>16日</p> <p>コンナムルパブ ぎゅうにゅう トックスープ さつまいものあめがらめ</p> <p>I補給 - 668 kcal</p>	<p>17日</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう とりのピリからやき ごまあえ とんじる</p> <p>I補給 - 613 kcal</p>	<p>18日</p> <p>じゃこいりわかめごはん ぎゅうにゅう にくだんごのわふうポトフ チャオゴウサイ</p> <p>I補給 - 608 kcal</p>
<p>21日</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう さわらのゆずみそかけ かぼちゃのそぼろに のっぺいじる</p> <p>12月21日「冬至」</p> <p>I補給 - 667 kcal</p>	<p>22日</p> <p>のざわなチャーハン ぎゅうにゅう はるさめスープ ナムル みかん</p> <p>I補給 - 609 kcal</p>	<p>23日</p> <p>ミルクパン ぎゅうにゅう ローストチキン マッシュポテト キャベツとベーコンのスープ かぼちゃのプリン</p> <p>I補給 - 631 kcal</p>	<p>24日</p> <p>としこしうどん てんぷら (いか・さつまいも) ぎゅうにゅう はくさいのかおりづけ きんかん</p> <p>12月31日「大晦日」</p> <p>I補給 - 631 kcal</p>	

