

# 12月 給食カレンダー

2023年度

毎月19日は食育の日

## 今月の給食目標

抵抗力を高める食事について考えよう  
牛乳を残さず飲もう

除去食提供のある日は、カレンダーに  
卵 乳 小麦 えびのマークがついています。

白玉もちはのどにつめないよう気をつけましょう

★クラス1本 ▲少なめのごはん

## 今月の献立コンテスト

### ★レシピ賞★

18日の献立 岸城中学校3年生が考えた  
ぶりのみぞれかけ

テーマ：冬の食材がたくさん献立！  
献立のポイント：みんなが好きそうな献立にしました。  
冬の「ぶり」を使いました！



<p>4日(月)</p> <p>こんにゃく寒天のサラダ 煮しゅうまい(2個)</p> <p>ごはん キムチチゲ</p>	<p>5日(火)</p> <p>かた豆 さばのみそ煮</p> <p>ごはん 根菜汁</p>	<p>6日(水) ★中濃ソース 飲むヨーグルト</p> <p>コールスローサラダ ポークミンチカツ</p> <p>ごはん コッペパン クリームシチュー 乳</p>	<p>7日(木)</p> <p>豚肉と白菜の煮物 ほっけのみりん干し</p> <p>大根ごはん だんご汁</p>	<p>8日(金)</p> <p>きんぴらごぼう 鶏肉の照り焼き</p> <p>ごはん 豆乳鍋</p>
<p>11日(月)</p> <p>白菜マーボー きびごのポテトフライ</p> <p>ごはん もずくスープ</p>	<p>12日(火)</p> <p>ナタデココフルーツ チヂミ</p> <p>ごはん ピンパンの具</p>	<p>13日(水)</p> <p>ジャーマンポテト ハンバーグ・ソースかけ</p> <p>ごはん コッペパン かぶのコンソメスープ</p>	<p>14日(木)</p> <p>煮浸し さわらのゆずみそかけ</p> <p>ごはん 関東煮 卵</p>	<p>15日(金)</p> <p>ツナとキャベツのサラダ コロッケ</p> <p>ごはん 冬野菜のカレーライスの具</p>
<p>18日(月) レシピ賞</p> <p>きゅうりとかまぼこのごま酢和え ぶりのみぞれかけ</p> <p>ごはん 豆腐と油揚げのみそ汁</p>	<p>19日(火)</p> <p>千切大根の炒め煮 だし巻き卵・えのきあんかけ</p> <p>ごはん 旨煮</p>	<p>20日(水)</p> <p>アロココの彩りサラダ チキンのトマトソースかけ</p> <p>ごはん うずまきパン パンプキンスープ</p>	<p>21日(木) ▲ 冬至献立</p> <p>白菜とほうれん草のゆず和え れんこんのはさみ揚げ</p> <p>わかめごはん あんかけうどん 小麦</p>	<p>22日(金)</p> <p>終業式</p>