



12月 よていにんだて表



元年度

白川町学校給食センター TEL72-1240 FAX72-1465



寒い日も、体を動かそう！



日に日に寒さが増してきました。
寒くなり空気が乾燥すると、風邪やインフルエンザが、はやりやすくなります。
好き嫌いしないでなんでも食べて、病気に負けない体を作りましょう。



- ・さつまいも
- ・しいたけ
- ・れんこん
- ・白菜
- ・かぶ
- ・みそ
- ・ねぎ
- ・こまつな
- ・大豆
- ・だいこん
- ・みずな
- ・佐見豆腐



月	火	水	木	金
2 ヨーグルト はるさめサラダ はるまき (保小1こ中2こ) ごはん ちゅうかスープ (小)652Kcal (中)773Kcal	3 黒小リクエスト クレープ かいそうサラダ 白川ハムのグラタン くらロールパン アルファベットスープ (小)657Kcal (中)804Kcal	4 ひだりんご せんざりたくあんのかおりあえ あじフライ ごはん かんとうに (小)694Kcal (中)824Kcal	5 ごもくまめ ぶたにくのスタミナやき くらまいごはん さつまいものみそしる (小)722Kcal (中)859Kcal	6 蘇保リクエスト グリーンサラダ きんとんまんじゅう ソフト麺ミートソース (小)821Kcal (中)999Kcal
9 れんこんのきんぴら えんくうさといも コロッケ ごはん ちゃんこに (小)701Kcal (中)818Kcal	10 さんふじりんご キャベツサラダ いかのハーブやき(2こ) こめこロールパン ふゆやさいシチュー (小)624Kcal (中)769Kcal	11 白川米の日 スウィーティ だいこんのべっこうに ぶたにくとさといものあげに ごはん(町内産) こまつなとうふのすまししる (小)688Kcal (中)831Kcal	12 パイン もやしサラダ さばのしおやき あじごはん しろみそしる (小)685Kcal (中)814Kcal	13 みかん ブロッコリーのごまあえ とりにくのかおりやき(2こ) ごはん みそおでん (小)710Kcal (中)836Kcal
16 アセロラゼリー ピピンハのぐ しゅうまい (保小2こ中3こ) ごはん はるさめスープ (小)676Kcal (中)781Kcal	17 おすめ朝ごはん献立 シナノゴールド ひじきのいために さけのマヨネーズやき ごはん とんじる (小)702Kcal (中)829Kcal	18 歯の日 わかめサラダ ひみこスナック チキンカレー(げんまいごはん) (小)759Kcal (中)915Kcal	19 食育の日 もやしのごまあえ なつとう ぶたにくとごぼうのいためもの ごはん だいこんのみそしる (小)686Kcal (中)806Kcal	20 冬至献立 オレンジ チンゲンサイサラダ かぼちゃひきにくフライ みそうどん (小)745Kcal (中)902Kcal
23 オレンジ ごぼうサラダ きびなごフライ (保小2こ中3こ) ごはん すきやきふうじ (小)686Kcal (中)827Kcal	24 クリスマス献立 クリスマスケーキ プロカリサラダ とりにくのマスタードやき(2こ) チキンライス かぶのスープ (小)722Kcal (中)833Kcal	25 年越料理 みかん くらめ まるぼしイワシのからあげ ごはん にごみ (小)711Kcal (中)829Kcal	26 終業式 さんふじりんご れんこんサラダ キャベツメンチかつ ゆかりごはん はくさいのみそしる (小)711Kcal (中)829Kcal	1/7(火) 始業式 こざかな ちんげんさいのナムル やきぎょうざのあますあんかけ (保小2こ中3こ) ごはん まーぼーどうふ (小)706Kcal (中)826Kcal