



12月 よていにんだて表



2年度

白川町学校給食センター TEL72-1240 FAX72-1465

10日「白川米の日」、16日「おすすめ朝ごはん」、21日「冬至献立」
22日「クリスマス献立」、23日「年越し料理」

今月も行事食が盛りだくさんです。楽しみにしててくださいね。
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、風邪など体が不調になりやすいです。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。



15日「野菜の日」

今月はほうれん草です。ほうれん草は寒さに強く、寒さに耐えることで甘いほうれん草になります。ほうれん草の甘みを感じながら食べましょう。



3日「佐小リクエスト」、8日「歯の日」、18日「蘇保リクエスト」
今月はリクエストメニューが2回もある！どれも人気のメニューだね。楽しみだなあ。

歯の日もあるぞ！一口30回意識して食べようかな。たくさん噛むとおいしく食べることができるよね。



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|---|---|---|
| 今月の地場産物 <ul style="list-style-type: none"> ・白菜 ・だいこん ・しいたけ ・さといも ・れんこん ・黒米 ・みそ ・佐見豆腐  | 1 なんのうみかん ひじきサラダ  おからコロッケ  ごはん ちゃんこに (小)720Kcal (中)834Kcal | 2 さんふじりんご ごもくまめ  さばのごまだれやき  ごはん なめこのみそしる (小)711Kcal (中)840Kcal | 3 佐小リクエスト アセロラゼリー イタリアンサラダ  ボイルウィンナー  きなこあげパン アルファベットスープ (小)677Kcal (中)821Kcal | 4 ヨーグルト きりほしだいこんのごますあえ  とりにくのからしやき(2こ)  まいだけごはん かぶのすましじる (小)661Kcal (中)772Kcal |
| 7 レッドグローブ もやしサラダ  ぶたにくとごぼうのいためもの  ごはん じゃがいものみそしる (小)652Kcal (中)777Kcal | 8 歯の日 むらさきももチップス きんぴらごぼう  いかのフリッター(保小2こ中3こ)  ごはん 飛騨牛すきやきぶうに (小)761Kcal (中)926Kcal | 9 オレンジ ほうれん草のごますあえ  れんこんのはさみあげ  あじごはん ゆばすましじる (小)657Kcal (中)763Kcal | 10 白川米の日 シナノゴールド ブロccoliのおかかあえ  あゆのかんろに  ごはん(町内産) みそおでん (小)652Kcal (中)771Kcal | 11 スウィーティー わかめのすのもの  かきあげ  うどん (小)689Kcal (中)862Kcal |
| 14 オレンジ きりほしだいこんのもの  とりにくとさといものあげに  ごはん こまつなとうふのすましじる (小)675Kcal (中)808Kcal | 15 野菜の日 ほうれん草サラダ  ココアクリーム さけのムニエル  こめこ食パン ふゆやさいシチュー (小)725Kcal (中)884Kcal | 16 おすすめ朝ごはん献立 こまつなごますあえ  ちぐさやき  ごはん とんじる (小)656Kcal (中)766Kcal | 17 さんふじりんご もやしのおかかあえ  あまごのからあげ  くらまいごはん かんとうに (小)661Kcal (中)782Kcal | 18 歯の日・蘇保リクエスト シャキシャキサラダ  おからドーナツ  とんこつらーめん (小)698Kcal (中)831Kcal |
| 21 冬至献立 シナノゴールド ほうれん草のおかかあえ  かぼちゃひきにくフライ  ごはん かぶのしるみそしる (小)638Kcal (中)726Kcal | 22 クリスマス献立 クリスマスケーキ にしょくポテトサラダ  タンドリーチキン(2こ)  カレーピラフ コンソメスープ (小)785Kcal (中)913Kcal | 23 年越し料理 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 | 24 オレンジ れんこんサラダ  ハンバーグ わふうおろしソース  ゆかりごはん はくさいのみそしる (小)711Kcal (中)829Kcal | 25 終業式  |