



12月 よていにこんだて表



3年度

白川町学校給食センター

TEL72-1240

FAX72-1465



7日「おすすめ朝ごはん」、8日「歯の日」、20日「冬至献立」
21日「クリスマス献立」、22日「年越し献立」

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。

14日「野菜の日」

今月はかぶです。ビーツの代わりにかぶを使ってボルシチを作ります。ボルシチとはロシアをはじめ広くヨーロッパで作られている煮込み料理です。お楽しみに！



9日「白川米の日」、16日「有機米の日」
どちらも町内で生産されたお米だと思うと、特においしく感じて毎月の楽しみなんだよね。
当日は、ごはんだけでなく、里芋や白菜、大根、みそ、豆腐も町内で生産されたものを使うよ。

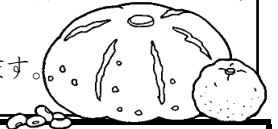


12月22日は冬至です。(冬至献立の給食は20日)

冬至は1年中で昼間が最も短く、夜が最も長い日です。冬至に向かって日が短くなり、冬至を過ぎると日は長くなっていきます。

冬至には、なんきん(かぼちゃ)、れんこんなど、「ん」のつく食べ物を食べると、「運を呼ぶ」という言い伝えがあります。

また、ゆず湯に入ると病気にならないとも言われています。



月	火	水	木	金
<p>寒い日も、体を動かそう！</p>	<p>今月の地場産物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・はくさい ・だいこん ・しいたけ ・さといも ・れんこん ・みずな ・みそ ・佐見豆腐 ・ねぎ ・かぶ ・にんじん 	<p>1</p> <p>みかん</p> <p>だいこんのべっこうに</p> <p>さばのしおやき</p> <p>ごはん さといもみそしる</p> <p>(小)680Kcal (中)806Kcal</p>	<p>2</p> <p>白小/クレスト むらさきもチップス</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>とりにくのかからあげ(2こ)</p> <p>ごはん はっぼうさい</p> <p>(小)759Kcal (中)907Kcal</p>	<p>3</p> <p>北保/クレスト</p> <p>シャキシャキサラダ</p> <p>ぐりとぐらのカステラ</p> <p>みそうどん</p> <p>(小)703Kcal (中)884Kcal</p>
<p>6</p> <p>オレンジ</p> <p>こまつなともやしナムル</p> <p>あつあげのちゅうかいため</p> <p>ごはん たまごスープ</p> <p>(小)630Kcal (中)749Kcal</p>	<p>7</p> <p>おすすめ朝ごはん献立</p> <p>プロカリサラダ</p> <p>とりにくのマスタードやき(2こ)</p> <p>くるロールパン ふゆやさいシチュー</p> <p>(小)685Kcal (中)852Kcal</p>	<p>8</p> <p>歯の日</p> <p>ごもくまめ</p> <p>さわらのみそマヨやき</p> <p>ごはん なめこのみそしる</p> <p>(小)665Kcal (中)797Kcal</p>	<p>9</p> <p>白川米の日</p> <p>みかん</p> <p>はくさいのおかかあえ</p> <p>ぶたにくとさといものあげに</p> <p>ごはん(町内産) だいこんのみそしる</p> <p>(小)656Kcal (中)778Kcal</p>	<p>10</p> <p>りんご</p> <p>こまつなごまあえ</p> <p>ひじきポテト</p> <p>ごはん すきやきふうじ</p> <p>(小)652Kcal (中)779Kcal</p>
<p>13</p> <p>もやしサラダ</p> <p>とりにくのかおりやき(2こ)</p> <p>ごはん かんとうに</p> <p>(小)637Kcal (中)760Kcal</p>	<p>14</p> <p>野菜の日「かぶ」キウイフルーツ</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>ほうれんそうオムレツ</p> <p>こめこロールパン ボルシチ</p> <p>(小)673Kcal (中)814Kcal</p>	<p>15</p> <p>ヨーグルト</p> <p>こまつなのおかかあえ</p> <p>ぶたにくとれんこんのかりんあげ</p> <p>ごはん かぶのしろみそしる</p> <p>(小)665Kcal (中)783Kcal</p>	<p>16</p> <p>有機米の日</p> <p>みかん</p> <p>はくさいのごまあえ</p> <p>あゆのからあげ</p> <p>ゆうきまいごはん みそおでん</p> <p>(小)702Kcal (中)833Kcal</p>	<p>17</p> <p>わかめサラダ</p> <p>おからドーナツ</p> <p>とんこつラーメン</p> <p>(小)647Kcal (中)768Kcal</p>
<p>20</p> <p>冬至献立</p> <p>ほうれんそうのおかかあえ</p> <p>かぼちゃひきにくフライ</p> <p>ごはん とんじる</p> <p>(小)639Kcal (中)738Kcal</p>	<p>21</p> <p>クリスマス献立 クリスマスデザート</p> <p>きりぼしサラダ</p> <p>タンドリーチキン(2こ)</p> <p>ツナピラフ はくさいスープ</p> <p>(小)692Kcal (中)799Kcal</p>	<p>22</p> <p>年越し献立</p> <p>みかん</p> <p>くろまめ</p> <p>まるほしワシのからあげ</p> <p>ごはん にごみ</p> <p>(小)680Kcal (中)799Kcal</p>	<p>23</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>フルーベリージャム</p> <p>さといもグラタン</p> <p>しょくパン ミネストローネ</p> <p>(小)611Kcal (中)765Kcal</p>	<p>24</p> <p>終業式</p> <p>りんご</p> <p>れんこんサラダ</p> <p>ハンバーグ わふうおろしソース</p> <p>ゆかりごはん はくさいのみそしる</p> <p>(小)644Kcal (中)782Kcal</p>