



# 12月 よていにんだて表



30年度

白川町学校給食センター TEL72-1240 FAX72-1465



## 今月の地場産物

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。好き嫌いを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。



- ・白菜
- ・れんこん
- ・ねぎ
- ・みそ
- ・だいこん
- ・大豆
- ・しいたけ
- ・佐見豆腐

月	火	水	木	金
<b>3</b>  わかめのすのもの  さつまいものあげからめ  ごはん すき焼きふうじ (小)681Kcal (中)817Kcal	<b>4</b>  グレープフルーツ キャベツサラダ  スズキのハーブムニエル  レーズンパン 豆乳コーンスープ (小)676Kcal (中)838Kcal	<b>5</b>  蘇原小リクエスト マスカットゼリー ほうれん草のごまあえ  ササミのレモン味  ごはん かんとうじ (小)707Kcal (中)822Kcal	<b>6</b>  パイナップル だいずのいそじ  さばのしおやき  あじごはん かきたまじる (小)716Kcal (中)847Kcal	<b>7</b>  シナノゴールド おかかあえ  いももちごへいダシ  うどん (小)660Kcal (中)799Kcal
<b>10</b>  にしょくポテトサラダ  おちゅりかけ とりにくのかおりやき  ごはん かぶのすましじる (小)668Kcal (中)792Kcal	<b>11</b>  オレンジ ブロッコリーサラダ  ポテトのピザやき  くらロールパン はくさいスープ (小)627Kcal (中)778Kcal	<b>12</b>  りんご だいこんのべっこうじ  ぶたにくとさといものあげじ  ごはん こまつなとうろのすましじる (小)694Kcal (中)831Kcal	<b>13</b> 白川の米の日  みかん きりぼしサラダ  さわらのさいきょうやき  ごはん(町内産) ちゃんこじ (小)708Kcal (中)835Kcal	<b>14</b>  パイナップル かいそうサラダ  ごまおやくまめ  とんこつらーめん (小)636Kcal (中)748Kcal
<b>17</b>  こざかなアーモンド シャキシャキサラダ  豚肉とごぼうの炒め物  ごはん かぶのしろみそじる (小)635Kcal (中)752Kcal	<b>18</b> 歯の日  せんぎりたくあんのかおりあえ  ひみこスナック  チキンカレー(げんまいごはん) (小)747Kcal (中)898Kcal	<b>19</b>  おやすめ朝ごはん献立 ヨーグルト ブロッコリーのごまあえ  さけのしおこうじカレーやき  ごはん さといものみそじる (小)645Kcal (中)748Kcal	<b>20</b> 年越し献立  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	<b>21</b>  りんご 冬至献立 こまつなのおかかあえ  かぼちゃひきにくフライ  みそうどん (小)755Kcal (中)874Kcal
<b>24</b> ふいかえきゅうじつ  	<b>25</b>  クリスマス献立 クリスマステアート カラフルサラダ  とりにくのマーマレードやき  ハムピラフ コンソメスープ (小)678Kcal (中)779Kcal	<b>26</b>  りんご 終業式 れんこんサラダ  キャベツメンチカツ  ゆかりごはん はくさいのみそじる (小)668Kcal (中)767Kcal	<b>1/7(月)</b>  始業式 ヨーグルト もやしナムル  はるまき(保小1本、中2本)  ごはん トックスープ (小)681Kcal (中)810Kcal	