

令和7年度

Eコース



12月献立表



給食目標



—食べ物の働きを知って食べよう—

月	火	水	木	金
1日	2日	3日	4日	5日
<p>ごまドレッシング 牛乳 パンツエロッティ れんこんサラダ ご飯 イタリアンスープ</p>	<p>牛乳 野菜ソテー ご飯 カレー煮</p>	<p>コールスロードレッシング 牛乳 ブロッコリーサラダ ご飯 大根のみそ汁</p>	<p>照り焼きハンバーグ 牛乳 マヨネーズ焼き ひじきの炒め煮 ご飯 きのこ汁</p>	<p>小 牛乳 みかん 高野豆腐の揚げ煮 菜飯(小) ABCマカロニスープ</p>
8日	9日	10日	11日	12日
<p>玉ねぎドレッシング 牛乳 水菜の和風サラダ(サラダ用) アーモンド小魚 ご飯 豚じゃが</p>	<p>食育の日メニュー 牛乳 にしんの梅煮 きんぴら大豆 ご飯(小) さつま汁</p>	<p>牛乳 焼き棒ぎょうざ ふーチャンブルー ご飯 ビーフンスープ</p>	<p>牛乳 鯖の竜田揚げ じゃがバター炒め ご飯(小) ミネストローネ</p>	<p>冬至メニュー 牛乳 かぼちゃのかき揚げ 親鶏のゆずポン酢和え ご飯 わかめ汁</p>
15日	16日	17日	18日	19日
<p>クリスマスマニュ 牛乳 クリスマスケーキ ご飯(極小) ホワイトシチュー</p>	<p>牛乳 ヨーグルト ご飯(極小) 焼きそば</p>	<p>牛乳 大豆と根菜のメンチカツ キャベツのシーケワーサー和え ご飯(小) かぶの卵スープ</p>	<p>牛乳 りんご味付けのり ご飯 五目煮</p>	<p>牛乳 豆乳プリン ご飯 チャップスイ</p>



幸運を呼び込む冬至の食べ物



冬至は、1年で最も太陽の出ている時間が短くなる日です。この日を境に少しづつ日が長くなっていくことから、「一陽來復」(冬が終わり、春になること)とも呼ばれます。昔の人は、太陽の力が弱ると人間の運気も衰えると考えていました。そのため、冬至の日にかぼちゃやあづきを食べて力をつけ、ゆず湯で身を清めて、幸運を呼び込み、無病息災を願う風習が生まれました。

今年の冬至は
12月22日です。