

12月13日(月)

こんだて **<献立>** **カミカミ献立** こんだて

むぎ ぎゆうにゆう
ライ麦パン・牛乳

まめ
ビーフシチュー・ひよこ豆のサラダ

こんだて まめ
★カミカミ献立「ひよこ豆」★



こんだて まめ つか まめ
カミカミ献立として、ひよこ豆を使った「ひよこ豆のサラダ」を
と取り入れています！

また、ひよこ豆のサラダに使われているキャベツは、
わかまつく しゅうかく じ ぼ さんぶつ
若松区で収穫された地場産物です★

じもと めぐ かんしゃ
地元の恵みに感謝



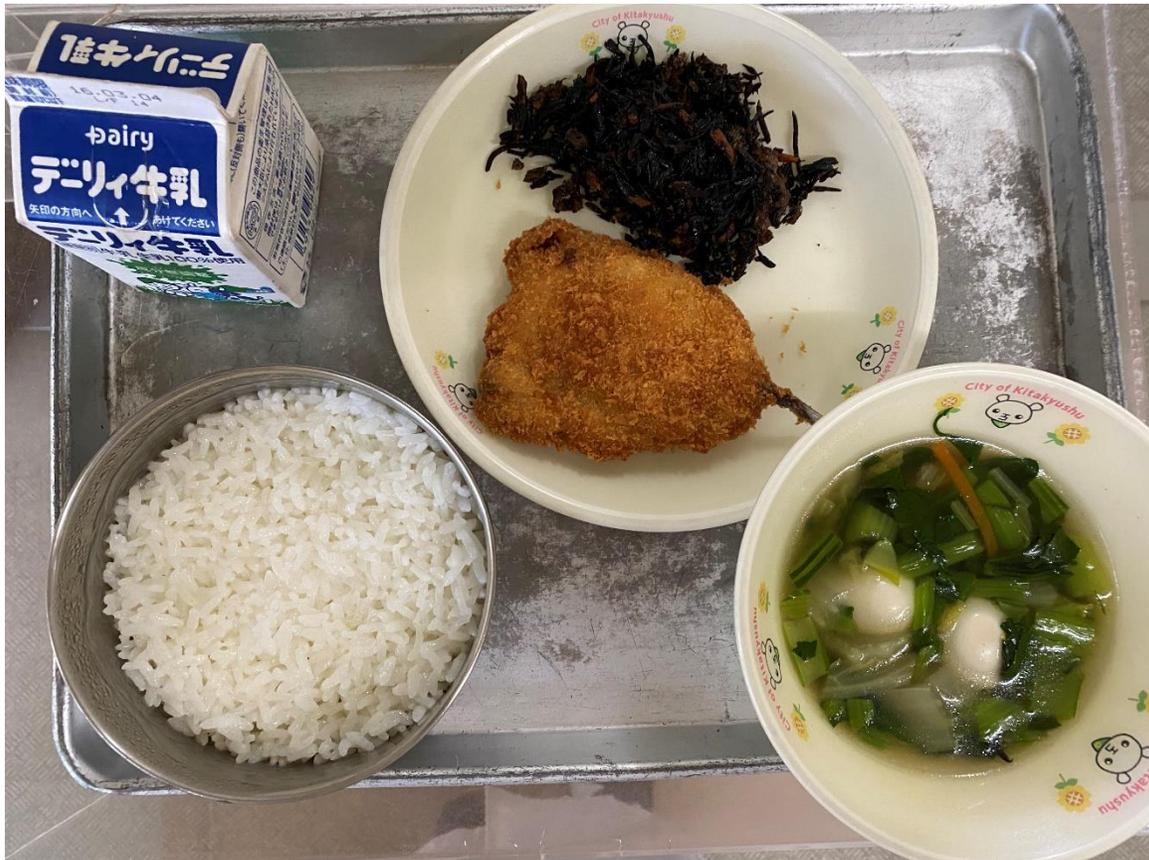
12月14日(火)

こんだて
＜献立＞

はん ぎゅうにゅう
ご飯・牛乳・あじフライ
いた に ごもく
ひじきの炒め煮・五目スープ

あ

★カラッと揚げた「あじフライ」★



ちょうりし あぶら
調理士さんが、油でカラッと
あ
揚げたあじフライ★
こ
子どもたちは
とても喜んで
よろこ
た
食べていました♪



せかい いか ぎょ かく さかな
あじは、世界各国で漁獲されている魚です。

なつ しゅん むか さかな さんらん き ちいき
夏に旬を迎える魚ですが、産卵期が地域によって

ちが いちねん とお ぎょかく さしみ や さかな あげもの ひもの
違うため、一年を通して漁獲されます。刺身や焼き魚、揚げ物、干物など

た かた ちょうりほうほう あたま しっぽ ほね た
いろいろな食べ方があり、調理方法によって頭から尻尾・骨まで食べるこ

とができます！



12月15日(水)

★冬キャベツたっぷり★



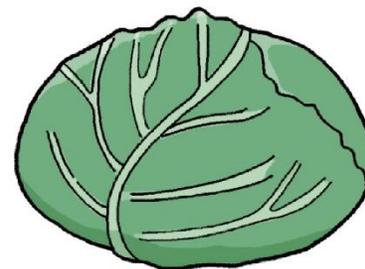
こんだて
＜献立＞

ぎゅうにゅう
パン・牛乳・いちごジャム
ソーセージのキャベツ煮込み
だいず あいりこと大豆のからめ和え

きせつ ちが
季節によって違いがあるよ

はる
春キャベツ

ふゆ
冬キャベツ



はる
＜春キャベツ＞ 葉は、みずみずしくてやわらかいのが特徴です。

かる ま ゆる せいしょく む
軽くて巻きは緩めです。生食に向いています！

ふゆ
＜冬キャベツ＞ 葉は厚く、巻きは硬めで形は平たいものが多い特徴が

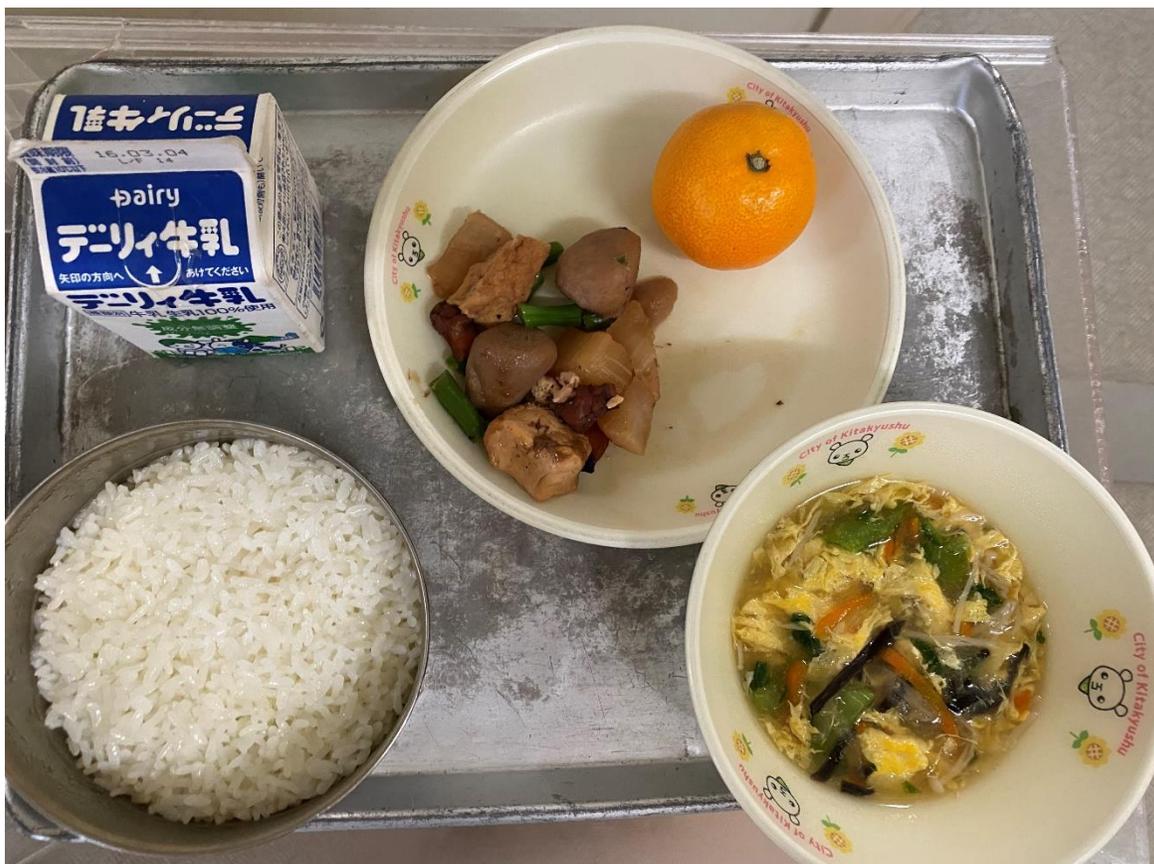
あま にこ りょうり む
あります。甘みがあり、煮込み料理に向いています！

12月16日(木)

こんだて
＜献立＞

はん ぎゅうにゅう かんもんかいきょう に
ご飯・牛乳・関門海峡たことだいこんのうま煮
むらくも汁・みかん

かんもんかいきょう とうじょう
★「関門海峡たこ」が登場★



かんもんかいきょう かんもんかいきょう せいいく
「関門海峡たこ」とは、関門海峡で生育している「まだこ」です。

しお なが はや かんもんかいきょう そだ なが
潮の流れが速い関門海峡で育ったたこは、流されないように足で

じめん
地面をしっかりとつかむため身が引き締まっています！

そのため、歯ごたえがあり、よく噛むほどおいしく味わうことができます★

かんもんかいきょう に
「関門海峡たことだいこんのうま煮」は
だいこん、さといも、さやいんげん、
あつあ 厚揚げと一緒に、
じっくり煮込んでいます。



12月17日(金)

こんだて
＜献立＞

ぎゅうにゅう
カレーライス・牛乳

ドレッシングキャベツ・【クリスマスケーキ】

すこ はや
★少し早めのクリスマス★



きょう きゅうしょく すこ はや とうじょう
今日の給食に少し早めのクリスマスケーキが登場！
たいおう
アレルギーに対応した、チョコレートケーキでした★
ねん きゅうしょく
2021年の給食ものこいわずか・・・！



きゅうしょく ちょうりし
給食のカレーは、調理士さん
てづく つか
手作りのカレールーを使っています！
ちょうりし あいじょう
調理士さんの愛情たっぷりのカレーは
こ しょうひょう
子どもたちにも好評です★

