



12かつ こんだてひょう



12月の給食目標

「後片付けをきちんとしよう」

みんなの食べ終わった後の食器などは、調理員さんがきれいに洗っています。食器にごはんつぶやおかずが残っていたり、食器の種類がバラバラで返ってきたりすると調理員さんのお仕事が大変になります。後片付けまできちんとできるようにしましょう。



令和7年11月28日

舞鶴抹茶

舞鶴市はお茶が有名な産地であります。毎年、12月～2月の間に給食に使用しています。



舞鶴市立中筋小学校

冬至



冬至の日は、一年で一番太陽の出ている時間が短く、夜が長い日です。この日はかぼちゃを食べる風習があるので、12月の献立にかぼちゃを使ったメニューがあります。

1日（月）	2日（火）	3日（水）	4日（木）	5日（金）
ごはん ぎゅうにゅう ぶりたキムチ丼 春雨スープ	とりめし ぎゅうにゅう シイラの竜田あげ かぼちゃのみぞ汁	味付けパン ぎゅうにゅう チリコンカン ABCスープ	麦ごはん ぎゅうにゅう ポークカレー フルーツサラダ 福神漬け	ココアあげパン ぎゅうにゅう もやしソテー ^{かんじて} たまごスープ
キムチは韓国のお漬物です。 厳しい冬を乗り切るための保存食として誕生しました。	舞鶴の海でとれたシイラです。シイラは2メートルほどまで成長する大きな魚です。	ABCスープには、アルファベットの形をしたマカロニが入っています。どんなアルファベットが入っているか探しながら食べてみるのも楽しいです。	福神漬けは、カレーライスに添えられる定番のお漬物です。大根、なす、れんこん、きゅうりなどの野菜から作られています。	【クイズ】ココアはカカオ豆から作られます。カカオ豆はどのように美がなるでしょう? ①木の中に実がなる ②木の枝や幹に実がなる ③つるがびて実がなる
ごはん ぎゅうにゅう 冬野菜マーぼー ^{かわい} 春雨サラダ	五目ごはん ぎゅうにゅう 大豆と煮干しのあげ煮 とうふのみぞ汁	全粒粉パン ぎゅうにゅう 冬野菜シチュー かんぴょうサラダ	麦ごはん ぎゅうにゅう ブルコギ丼 かぶのぽかぽか汁	小型パン ぎゅうにゅう あんかけラーメン 野菜いため りんごジャム
マーぼーどうふに、冬野菜のかぶ、白菜、白ネギが入っています。	大豆と煮干しのあげ煮は給食の中でも特にカルシウムの多いおかずです。	シチューに入っている大根と白菜は冬が旬の野菜です。冬が旬の野菜は、寒さの中で甘みが増しておいしくなります。	ブルコギは韓国料理です。ブルは「火」、コギは「肉」という意味で、甘めのたれに肉を漬け込んで、野菜と一緒に炒める料理です。	片栗粉でとろみをつけたあんかけラーメンです。体がぽかぽか温まります。
ごはん ぎゅうにゅう カマスのからあげ さつま汁 ふりかけ	ワインナーピラフ ぎゅうにゅう じゃがいものチーズ煮 コーンスープ	ミルクパン ぎゅうにゅう カレーミートサンド 冬野菜スープ 舞鶴抹茶のカップケーキ	麦ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃ入り肉じゃが 小松菜の煮びたし	パン ぎゅうにゅう ポークビーンズ ほうれん草のソテー ^そ クリスマスデザート
舞鶴の海でとれたカマスを使います。カマスは細長く、身がやわらかい魚です。	チーズは牛乳から水分をのぞいて、固めたものです。じゃがいものチーズ煮に使っているチーズは、プロセスチーズという種類のものです。	舞鶴で作られた抹茶を使って、カップケーキを作ります。	少し早いですが、冬至こんだてです。いつもの肉じゃがにかぼちゃが入っています。	2学期最後の給食です。クリスマスも近いので、デザートもあります。お楽しみに!

