



# 献立カレンダー

舞鶴市立吉原小学校



(めあて)

マナーを守って楽しく食事しよう。



- 正しい姿勢で座っていますか？
- おはしの持ち方は、どうですか？

今月の舞鶴産の魚  
 8日(火) カマス  
 3日(木) サゴシ  
 17日(木) エテカレイ

【米飯】	【加工飯】	【加工パン】	【麦ご飯】	【規格パン】
牛乳は毎日 付きます 	1日(火) ・チキンライス ・ジャーマンポテト ・たまご卵スープ	2日(水) ・鶏肉の オレンジソースかけ ・野菜のスープ ・ミルクパン	3(木) ・サゴシのきのこ焼き ・すまし汁 ・カミカミ高菜 地) サゴシ	4日(金) セレクト ・米粉の クリームシチュー ・ブロッコリーのサラダ (みかん or バナナ)
	7日(月) ・プルコギ丼 ・キムチスープ	8日(火) ・大根ご飯 ・カマスのから揚げ ・さつまい 地) カマス	9日(水) ・厚揚げと キャベツの回鍋肉 ・カレー肉まん ・黒糖パン	10日(木) ・ポークカレー ・牛蒡のサラダ ・福神漬け
14日(月) ・冬野菜の マーボー ・里芋のくわ焼き	15日(火) ・鶏肉とごぼうの 混ぜご飯 ・かぼちゃ のそぼろ煮 ・大根のみそ汁	16日(水) ・シェパードパイ風 ・コーン卵スープ ・全粒粉パン	17日(木) ・エテカレイ のから揚げ ・豚汁 ・ふりかけ 地) エテカレイ	18日(金) ・カレーうどん ・切り干し大根の ナムル ・ジャム
21日(月) ・肉みそひじき丼 ・南瓜のみそ汁 	22日(火) セレクト ・バエリア ・タンドリーチキン ・ミネストローネ ・X'mas テザート	(セレクト) ・チョコレートケーキ ・いちごケーキ		



(お願い)

22日(火)の給食終了後白衣を持って帰ります。吉原小は、1年間同じ白衣を使います。新学期気持ちよく使えるようにボタンやほつれなど修理をお願いします。

「冬至」とは、1年中で、昼が一番短く、夜が一番長い日のことです。今年の冬至は、12月21日です。日本では、冬至に「ゆず湯」に入り、冬至に「南瓜を食べる」習慣があります。

どちらも、病気をしないで冬を無事に過ごせるようにという願いが込められています。