



令和7年度 12月 はいぜんたべかたひょう

南部

羽島市学校給食センター

1日(月) ふゆやさいのマリネ コロッケ くろパン コーンスープ ポテトコロッケは、明治時代に日本で誕生しました。マリネなどと交互に食べてみましょう。	2日(火) やさしいため あゆのかんろに しろごはん はくさいのみそしる くわはらがくさん わんせい かんが こんだて 桑原学園6年生が考えた献立です。羽島市民の健康課題と給食の残量を踏まえて考えてくれました。	3日(水) だいがくも ぶたにくと だいこんの オイスター ソースいため むぎごはん たまごスープ むかしだいがくも だいがくせい はんき 昔、大学卒は、大学生に人気がありました。大学生の無精ひげを黒ごまで表現しています。	4日(木) ちくぜんに こうやどうふの ツナマヨ やき むぎごはん さつまいものみそしる せいかつしゅうかんびょう よぼう こうが 生活習慣病の予防に効果のある食物せんいの豊富な食材を使います。積極的にとりましょう。	5日(金) ごぼうサラダ ドレッシング えびフリッター こがたパン イタリアンスパゲッティ ばくまつ にほん でんらい 幕末に日本へ伝来したスパゲッティは、戦後、ケチャップの味付けで食べられるようになりました。
8日(月) こんさいの ようふういめ ミニオムレツ しょくパン やさいとまめのトマトスープ スープにはとり肉やじゃがいも、豆や野菜を入れます。トマトは、羽島市下中町市之枝産の予定です。	9日(火) ドレッシング わふうサラダ ウィンナー しろごはん しゅんのやさしいカレー しゅん やさい 旬の野菜カレーには、旬の野菜を使用します。何が入っているのか楽しみにしてください。	10日(水) ◆なんのうみかん きりばしだいこんとあおなのために さばのカレーやき ごもくごはん ふかしだいこん だいがくせい はんき 副菜には、カルシウムの豊富な野菜を使用します。毎日、いろいろな食べ物をとりましょう。	11日(木) こまつなともやしのごまあえ ★ししやものてんぷ むぎごはん とうにゅうこんさいじる ししやもは、北海道より北でとれます。丸ごと食べて、体作りや集中力などを高める栄養をとりましょう。	12日(金) ちゅうかいため はるまき いっしょくようどん ちゅうかうどんのしる きゅうしやく 給食には、いろいろな調味料を使っています。中華炒めには、中国の調味料を使用します。
15日(月) キャベツのソテー さけのこうそうやき こめごはん ポトフ ポトフは、フランスの家庭料理です。必ずこの具を入れるという決まりはありません。	16日(火) ブロッコリーのあえもの ★とりにくのからあげ しろごはん みだくさんみそしる なかしやうがっこう わんせい かんが こん 中島小学校の6年生が考えた献立です。児童一人一人が考えた献立から選んでくれました。	17日(水) ドレッシング むしやさい ぎゅうなべ むぎごはん けんちんじる あながわけん きょうどりょうり ぎゅうなべ 神奈川県の郷土料理から、牛鍋とけんちん汁を紹介します。体を内側から温めましょう。	18日(木) フルーツあえ わかさぎのいそべあげ むぎごはん おでん ほつしやうがっこう ほつりんきゅうしんかい しゅん 姫津小学校の保健給食委員会で旬の食材を調べて、献立を考えてくれました。寒さに強い体を作りましょう。	19日(金) こんぶのきんぴら ぶたにくのみぞれあえかんきつふうみ こがたパン ほうとうどん しんけい ひ こんだて やまなけん 食育の日の献立です。山梨県の郷土料理を紹介します。他の県の郷土料理を味わいましょう。
22日(月) マヨネーズ ポテトサラダ ロールキャベツ コッペパン かぼちゃシチュー とうじ こんだて 冬至の献立です。かぼちゃを食べて、ゆず湯に入り風邪を予防しましょう。	23日(火) ひじきのものに あゆのたつたあげ しろごはん キャベツのみそしる ぎょせきん 岐阜県産のアユを使った献立に、冬が旬のキャベツを使ったみそ汁を組み合わせました。	24日(水) ◆クリスマスデザート まめのマリネ ローストチキン コーンピラフ こんだて クリスマスの献立です。クリスマスは、家族そろってイエス・キリストの誕生をお祝いする日です。	25日(木) おとしのごつつお いわしのこうみやき むぎごはん ごもくじる としに 年越しの献立です。この地域ではいわしの丸干しや大蔵のごつつおを食べる風習があります。	◆ゴミは業者が回収します。 ★数ものについて 11日 ししやもの天ぷら 幼・小 1尾 中・高 2尾 16日 とり肉のからあげ 幼・小 2個 中・高 3個

寒い日も 食事の前に石けんで手洗い

手は、汚れていないように見えても、細菌やウイルスなどがついてることがあります。これらが手についたまま食事をする、細菌やウイルスなどが体の中に入ってしまう、食中毒などを起こす原因になります。

食事の前に、石けんを使っていねいに手を洗うことで、食中毒の予防になります。

冬場は水が冷たくても、しっかり手を洗うように心がけましょう。

