

# 令和5年度 12月 はいぜんたべかたひょう 北部 西部幼稚園

羽島市学校給食センター

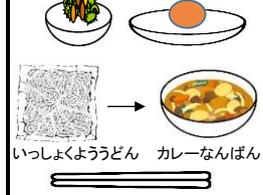
## ★数ものについて

- 1日 がんもの含め煮 幼 1個
- 5日 わかさぎフライ 幼 2個
- 12日 にらまんじゅう 幼 1個



## 1日(金)

あおなの  
いために ★がんもどきのふくめに



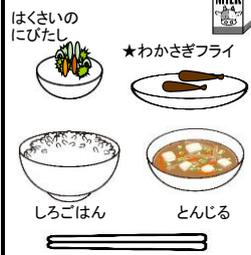
きょう  
今日はカレーなんぼんの日です。カ  
レーなんぼん かんが 一つのだ  
れーなんぼんを考えた角田さんの誕生  
び 日に由来しています。

## 4日(月)



チャウダーに入っているあざりに  
は、亜鉛や鉄などのミネラルがたく  
さん入っています。

## 5日(火)



ふゆ しゆん むか  
冬に旬を迎えるわかさぎのフライ  
です。頭から尾まで食べられるの  
で残さず食べましょう。

## 6日(水)



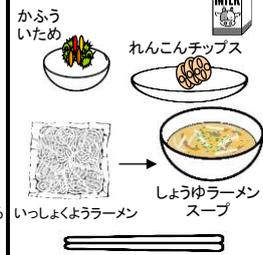
てつ  
鉄をしっかりとりれる献立です。さら  
に、みかんには鉄の吸収を助ける  
ビタミンCが豊富です。

## 7日(木)



ゆうあんや さかな とりにく  
幽庵焼きは、魚や鶏肉にしょう  
ゆ、酒、みりん、柚子を加えて味  
をつけて焼いた料理です。

## 8日(金)



れんこんチップスははしまし きゆう  
食で20年以上出されている、人気  
のある料理です。

## 11日(月)



ブロッコリーは、はな  
のつぼみを食べ  
る花野菜です。野菜の中でも栄  
養価がトップクラスです。

## 12日(火)



かんこく こんだて  
韓国の献立です。チゲは、韓国  
の言葉で、鍋料理という意味があり  
ます。

## 13日(水)



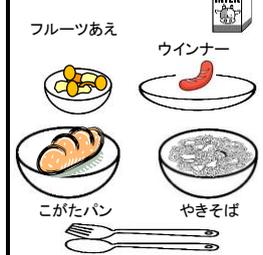
イカや、根菜を取り入れた、よくか  
む献立です。かむことで、歯やあご  
を強く、消化を助けます。

## 14日(木)



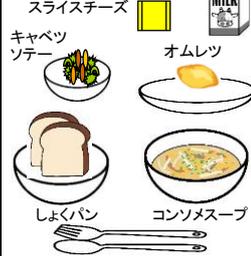
おでんは、ちいき とくちよう  
料理です。みそおでんは愛知県や  
岐阜県で食べられています。

## 15日(金)



センターで作る焼きそばは、あんしん  
安全に食べてもらえるよう、調理方  
法を工夫しています。

## 18日(月)



オムレツやチーズを食パンに挟  
んで、サンドイッチを作しましょう。  
簡単な料理の体験です。

## 19日(火)



しょうい び となり あいけん  
食育の日です。お隣の愛知県の  
郷土料理を紹介します。他県の料  
理を知り、味わいましょう。

## 20日(水)



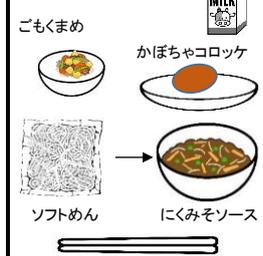
ひじきは、海藻の中でも、カルシ  
ウムや鉄を多く含む食品です。し  
かり食べましょう。

## 21日(木)



みぞれ煮は、雨まじりの雪に似て  
いる大根おろしなどを使った料理  
のこです。

## 22日(金)



とうじ こんだて  
冬至の献立です。昔からこの日  
にかぼちゃを食べると風邪をひか  
ないと言われています。

## 25日(月)



クリスマスの こんだて  
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。

