



12月1日(金)

Table with 3 columns: 献立名/食品名, 小(g), 中高(g). Includes items like ビビンバ, わかめスープ, 牛乳.

12月4日(月)

Table with 3 columns: 献立名/食品名, 小(g), 中高(g). Includes items like ごはん, 焼き肉風炒め, 蒸し野菜, じゃが芋のみそ汁, 牛乳.

12月5日(火)

Table with 3 columns: 献立名/食品名, 小(g), 中高(g). Includes items like ごはん, 八宝菜, ミートボールのチリソース煮, 牛乳.

12月6日(水)

Table with 3 columns: 献立名/食品名, 小(g), 中高(g). Includes items like 鶏ごぼう飯, かぼす和え, 具だくさんみそ汁, 牛乳.

12月7日(木)

Table with 3 columns: 献立名/食品名, 小(g), 中高(g). Includes items like コッペパン, 鮭のカレームニエル, ウィンナーと野菜のスープ, 牛乳.

12月8日(金)

Table with 3 columns: 献立名/食品名, 小(g), 中高(g). Includes items like ごはん, 鶏の照り焼き, 切り干し大根の煮物, きゃべつのみそ汁, 牛乳.

12月11日(月)

Table with 3 columns: 献立名/食品名, 小(g), 中高(g). Includes items like ピラフ, 豆乳スープ, みかんゼリー, アシドミルク, 牛乳.

12月12日(火)

Table with 3 columns: 献立名/食品名, 小(g), 中高(g). Includes items like 堺支援の田辺大根の給食の日, 堺支援の菜飯, さばの塩こうじ焼き, ぐつぐつ田辺だいこーん, 牛乳.

学校で育てたにわの伝統野菜の田辺大根を使った給食です。前日に子どもたちが収穫した田辺大根を使います。

12月8日から新米にかかります



今年のお米も滋賀県産の「キヌヒカリ」です。キヌヒカリは、炊き上がりのご飯の色が白く絹のようにつややかで光り輝くことからキヌヒカリと命名されました。

コシヒカリほどの強い粘りはなく、あっさりとした口当たりが特徴です。冷めると甘みが増すという特徴もあり、冷めても硬くならないので、お弁当などにも向いているお米です。

切り干し大根

干すと栄養価が1.5倍とアップ!



Table comparing nutritional values of fresh and dried daikon radish. Columns: 成分, 切り干しだいこん (100g), だいこん (根・皮むき・生) (100g).

干すことによってさまざまな成分が増すとともに、うまみも凝縮されています。

※物資購入の都合により献立を変更することがあります。



令和5年

12月

学校給食献立表②

12月13日(水)

Table of menu items for Dec 13, including Gohan, Chicken Teriyaki, Curry Rice, and others.

12月14日(木)

Table of menu items for Dec 14, including Olive Bread, Tomato Stew, Hamburger, and others.

12月15日(金)

Table of menu items for Dec 15, including Gohan, Potato Curry, and others.

12月18日(月)

Table of menu items for Dec 18, including Winter Vegetable Curry Rice, Chicken Salad, and others.

12月19日(火)

Table of menu items for Dec 19, including Gohan, Pork Chops, and others.

12月20日(水)

Table of menu items for Dec 20, including Gohan, Chicken Teriyaki, Pumpkin Soup, and others.

12月21日(木)

Table of menu items for Dec 21, including Christmas Dinner, Chicken Fried Potatoes, and others.

冬至の食べ物 (Winter Solstice Food)



冬至は、1年で最も太陽が出ている時間が短くなる日で、この日を境に少しずつ日が長くなっていきます。昔の人は、太陽の力が弱まる

Information about eating winter vegetables for good luck, listing items like radish, carrot, and udon.

冬休みを元気に過ごすためのポイント (Points for a healthy winter break)

Illustrated tips for winter break: wash hands, get good sleep, eat 3 meals, exercise, and eat winter vegetables.