



12月 こんだてよびよう

藤沢市立利根台小学校

日	曜日	熱や力のもとになる (エネルギーになる)	赤	緑	さんこう
1	月	こもさとう あぶらごま じゃがいも	だたらあけ きゅうにゅう	にんにくしょうが なめ菜 だいこん えのき	さんこう
2	火	こもさとう あぶらごま じゃがいも	とりにく あぶらごま きゅうにゅう	ごぼう にんじん しめじ たけのこ アスパラ えのき	さんこう
3	水	こもさとう あぶらごま じゃがいも	あさり わかめ みそ きゅうにゅう	しょうが にんじん たまねぎ こんにゃく グリーンピース えのき	さんこう
4	木	バナ アスパラ アボカド ごま	ウィンナー インゲン きゅうにゅう チーズ バナ	たまねぎ にんじん えのき キャベツ みかん	さんこう
5	金	ソフトめん さとう おから お豆腐 ピーナツ	ぶたにく ちりめん かつお クリーム チーズ コーン ピーナツ	にんじん たまねぎ はくさい アスパラ みかん	さんこう
8	月	こもさとう あぶらごま じゃがいも	とりにく あぶらごま きゅうにゅう	しょうが にんじん たまねぎ こんにゃく ちりめん	さんこう
9	火	こもさとう あぶらごま じゃがいも	ぶたにく アスパラ ピーナツ きゅうにゅう	にんにく たまねぎ にんじん トマト グリーンピース キャベツ もやし	さんこう
10	水	こもさとう あぶらごま じゃがいも	しやも ぶたにく わかめ たまご きゅうにゅう	ごぼう にんじん にんにく たまねぎ えのき	さんこう
11	木	バナ ごま	あさり ごま きゅうにゅう	にんじん しめじ はくさい なめ菜 アスパラ	さんこう
12	金	ソフトめん さとう おから お豆腐	ぶたにく わかめ たまご きゅうにゅう	にんにく たまねぎ あぶらごま みかん	さんこう
15	月	こもさとう あぶらごま じゃがいも	こもさとう あぶらごま じゃがいも	ごぼう にんじん しめじ たけのこ アスパラ えのき	さんこう
16	火	こもさとう あぶらごま じゃがいも	ぶたにく わかめ たまご きゅうにゅう	にんじん しめじ はくさい なめ菜 アスパラ	さんこう

日	曜日	熱や力のもとになる (エネルギーになる)	赤	緑	さんこう
17	水	こもさとう あぶらごま じゃがいも	とりにく あぶらごま きゅうにゅう	ごぼう にんじん しめじ たけのこ アスパラ えのき	さんこう
18	木	バナ ごま	あさり ごま きゅうにゅう	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ バナ	さんこう
19	金	ソフトめん さとう おから お豆腐 ピーナツ	ぶたにく ちりめん かつお クリーム チーズ コーン ピーナツ	しょうが にんじん たまねぎ こんにゃく ちりめん	さんこう
22	月	こもさとう あぶらごま じゃがいも	とりにく あぶらごま きゅうにゅう	ごぼう にんじん しめじ たけのこ アスパラ えのき	さんこう

クイズ

1年の中でもっとも量が短い日を「冬至」といいます。
 そんな「冬至に食べるとかぜをひかない」といわれている野菜は何でしょう？

- ①だいこん
- ②にんじん
- ③がぼちや
- ④たまねぎ

「冬至」は12月22日か23日か24日か25日か26日か27日か28日か29日か30日か31日かです。
 今年(2023年)の冬至は12月22日です。

『中学校給食試食会』を開催します！

- ★日時及び会場
- ①1月23日(金) 11時30分～12時30分 市役所本庁舎
 - ②2月1日(日) 11時～12時 湖南台市民センター1回室
 - ③2月1日(日) 12時45分～13時45分 湖南台市民センター2回室
 - ④2月1日(日) 11時～12時 善行市民センター
 - ⑤2月1日(日) 11時～12時 御所見市民センター

- ★対象者
- ①藤沢市立中学校に進学予定の小学6年生の保護者 30食
 - ②藤沢市立中学校に進学予定の小学6年生とその保護者 各回50食
 - ③藤沢市立中学校に進学予定の小学6年生とその保護者 30食
 - ④藤沢市立中学校に進学予定の小学6年生とその保護者 20食
- ※先着順。献立内容等詳細は市のHP内からご確認ください。
 ★注意事項 ①は1申請1食、②～④の申請は1申請で3食までとなります。
 ★問合せ 藤沢市教育委員会学校給食課(0466-50-8247)

12月13日(土)
 10:00～申込開始
 ※市のHP内リンク先から

