

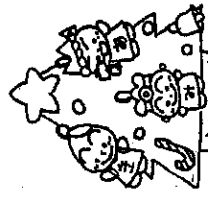
2023年

藤沢市立

八松小学校

12 こんだて

がっ



日	よ	ひ	う	ぎ	あ	み	エ
1	金	ちやめし(むせし)のちゅうりゅう	あてん	こめ、もぎ、さとう	こんが、なまあげ	にんじん、こまつな	569
4	月	ごぼん(あいがもまい)女	すきやき	こめ	にんじん、ほぐせい	たまねぎ、せやし	558
5	火	ツナトースト	にくだん	ツナ	たまねぎ、せやし	しらすたき	23.7
6	水	ソフトめんしるどまタンアラどん	たいずとこざかなのあげ	ソフトめん	たまご	なまがね	15.5
7	木	ごぼん(むせし)のちゅうりゅう	かじきのステーキ(パター)の入	ソフトめん	たまご	なまがね	1.8
8	金	さけずし	さけずし	こめ、さとう	たまご、おぼろ	なまがね	595
11	月	しゃんしゃきをぼろどん	みとしる	こめ、もぎ、さとう	たまご、おぼろ	なまがね	24.3
12	火	ソフトフランスパン	ポテトグラタン	こめ、もぎ、さとう	たまご、おぼろ	なまがね	27.2
13	水	ソフトめんカレー	あいかかあえ	こめ、もぎ、さとう	たまご、おぼろ	なまがね	2.7

都合により、献立や食材が変更になる場合があります。

★12がつのきゅうしゅくもくひょう★

あさごぼんのたいせさをしろう!!

1日の食卓の栄養バランスがとれます!!
成長期に必要な栄養をしっかりと

日	木	金	月	火	水
14	ごぼん(むせし)のちゅうりゅう	ちゅうりゅう	じゃごぼん	ロールパン	カレーピラフ
15	かじきのあげ	こめ、もち	ひたたくとやさい	フライドチキン	キャバツとウィンナー
18	かじきのあげ	こめ、もち	みとしる	ひたたくとやさい	カレーピラフ
19	かじきのあげ	こめ、もち	みとしる	ひたたくとやさい	カレーピラフ
20	かじきのあげ	こめ、もち	みとしる	ひたたくとやさい	カレーピラフ

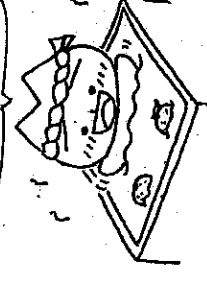
年中から集めよう!

あさごぼんをたべてげんきにしよう!

日	木	金	月	火	水
14	かじき、わかめ	こめ、もち	じゃごぼん	ロールパン	カレーピラフ
15	かじき、わかめ	こめ、もち	ひたたくとやさい	フライドチキン	キャバツとウィンナー
18	かじき、わかめ	こめ、もち	みとしる	ひたたくとやさい	カレーピラフ
19	かじき、わかめ	こめ、もち	みとしる	ひたたくとやさい	カレーピラフ
20	かじき、わかめ	こめ、もち	みとしる	ひたたくとやさい	カレーピラフ

冬の行事食

12月22日!!



ゆず湯に入ったり、
おんがのつく食べ物や食べたり
します。特に「おんが」が2つと
食べ物や食べると運がよくなる
言われています!

年越しそば

おあみそ(12月31日)に
健康長寿などを願って、おそばを食べます。
そばは、切れやすいことから、悪いことを
断ち切るという意味もこめられています。

七草がゆ

1月7日の朝に
食べます!

1年間、元気にすごせることを
願って食べます。

お正月のごちそうをつかいた胃を
休めるという意味もあつます。

おせち料理

お正月に食べる
お祝いの料理!
おめでれに
意味があります!

