

ひにち	こんだて	おもなざいりょうとそのはたらき					エネルギー (kcal) たんぱく しつ(g) 脂質(g)
		<きいろのなかま> おもにエネルギーのもとになる		<あかのなかま> おもにからだをつくるもとになる		<みどりのなかま> おもにからだのちょうしをととのえるもとになる	
		*炭水化物 <small>ちんすいかぶつ</small>	*脂質 <small>しつ</small>	*たんぱく質 <small>たんぱく</small>	*無機質 <small>むきしつ</small>	*ビタミン・無機質 <small>むきしつ</small>	
14日 (木) 世界の料理 こんだて 	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう		527 24.5
	ガパオライス(むぎごはん)	こめ・むぎ					
	ガパオライス(ぐ)	さとう・でんぷん	あぶら	とりにく	今年の国は「タイ王国」 	にんにく・ふるね・たまねぎ・にんじん・たけのこ・ピーマン・あかピーマン	
	はるさめスープ	はるさめ	ごまあぶら	ベーコン		たまねぎ・にんじん・キャベツ・はねぎ	
	アーモンドフィッシュ	さとう	アーモンド		かたくちいわし		
15日 (金) お祝い こんだて 	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう		594 16.5
	せきはん	もちこめ・こめ		あずき			
	せきはん(ごましお)		ごま				
	さといもみしまコロッケ	さといも・こむぎこ・パンこ・さとう	あぶら	ぶたにく		たまねぎ	
	むしキャベツ					キャベツ	
	ごまソース	さとう	ごま				
みそしる	さつまいも		とうふ・みそ		にんじん・だいこん・はねぎ		
18日 (月) 	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう		605 21.3
	むぎごはん	こめ・むぎ					
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも・さとう・でんぷん	あぶら	ぶたにく		ふるね・たまねぎ・にんじん・グリーンピース	
	みそしる			あぶらあげ・みそ		だいこん・こまつな	
	のりのつくだに	さとう			のり		
てづくりココアプリン	さとう			スキムミルク・ぎゅうにゅう			
19日 (火) 	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう		523 20.2
	むぎごはん	こめ・むぎ					
	マーボーだいこん	でんぷん・さとう	あぶら	ぎゅうにく・ぶたにく・だいず・みそ		ふるね・にんにく・たまねぎ・ほししいたけ・たけのこ・にんじん・だいこん・はねぎ	
	ちゅうかさラダ	さとう	ごまあぶら	ハム		キャベツ・きゅうり・コーン	
くだもの					みかん		
20日 (水) 	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう		579 27.2
	むぎごはん	こめ・むぎ					
	さばのおろしかけ	こむぎこ・でんぷん・さとう	あぶら	さば		ふるね・だいこん	
	おひたし				かつおぶし	ほうれんそう・はくさい	
かきたまじる	でんぷん		とうふ・たまご		にんじん・たまねぎ・えのきたけ・はねぎ		
21日 (木) クリスマス こんだて 	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう		666 21.4
	チキンピラフ	こめ・むぎ	バター	とりにく		たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・グリーンピース	
	フレンチサラダ	さとう	あぶら	ハム		キャベツ・きゅうり・コーン	
	かぼちゃのクリームスープ	こむぎこ	バター	ベーコン	こなチーズ・ぎゅうにゅう	たまねぎ・かぼちゃ・パセリ	
クリスマスデザート	さとう・こめこ・でんぷん	あぶら・カカオマス	とうにゅう				

お知らせ

* 11日 : 4・5組さんは代休のため給食はありません。

11日～15日は給食週間です!

戦後、児童の栄養状態の悪化を背景に、中断されていた学校給食が、昭和22年1月から再開され、全国学校給食週間が定められました。この週間を通して、学校給食の意義を考え、食べ物や作る方々に感謝し、食べることの大切さについてあらためて考えてほしいと思います。

* 冬至(とうじ)ってなんだろう? *

12月22日は「冬至」です。1年の中でもっとも昼の時間が短い日である「冬至」には、本格的な寒さに備え、栄養のある「かぼちゃ」を食べ健康を願ったり、ゆず湯に入って体を温めたりする習慣があります。また、名前に「ん」がつく食べ物を冬至の日に食べると、健康で幸せになれるといわれています。

前日である21日(木)の給食では「かぼちゃ(なんきん)」を使った献立を取り入れました。

* 今月の給食は15回です。献立は変更になる場合があります。

* 甘藷(かんしょ)の日 *

12月7日(木)は「甘藷の日」です。サポーター企業のみなさんが、地元のおいしい甘藷を子どもたちに食べてもらいたいという気持ちを形に表していただいて、無償提供が実施できました。また、当日使用する甘藷は、三島市佐野地区の三島甘藷です。感謝して食べましょう。

甘藷部会のサポーター企業は以下の通りです。

- 株式会社アイティエス
- 伊豆箱根鉄道株式会社
- 特定非営利活動法人 にじのかけ橋
- 函南東部農業協同組合(丹那牛乳)
- 株式会社山本食品
- 株式会社東平商会
- 有限会社石川鉄造種苗店
- 株式会社MISH
- 株式会社プライムホーム
- 有限会社blueberry
- 株式会社甲石製館
- カメヤ食品株式会社
- 三島食品株式会社 麩の葉 おふや
- 箱根物産株式会社
- 株式会社アイアイダイニングス
- 株式会社グルッペ・石渡食品

の16社です。