

12月給食こんだて



2025.12

舞鶴市立吉原小学校

げつ 月 ごはん	か 火 かこう 加工ごはん	すい 水 かこう 加工パン	もく 木 むぎ 麦ごはん	きん 金 きかく 規格パン
1日 わかめごはん おでん ごま酢和え	2日 きのこごはん しろみぎかな 白身魚の ピリ辛焼き たま 玉ねぎのみそ汁	3日 あじつ 味付けパン シェパードパイ風 ABCスープ	4日 プルコギ丼 キムチスープ	5日 あげパンセレクト フレンチサラダ かきたま汁
8日 ごはん とり天 ゆかり和え けんちん汁	9日 ごもく 五目ごはん シイラの 電田揚げ じゃがいもの みそ汁	10日 ぜんりゅうふん 全粒粉パン カレーミート サンド ふゆやさい 冬野菜のスープ まいづるまっちゃ 舞鶴抹茶の カップケーキ	11日 むぎ 麦ごはん ふゆやさい 冬野菜マーボー だいず 大豆と煮干しと さつまいもの揚げ煮	12日 こがた 小型パン しお 塩ラーメン だいこん 大根サラダ
15日 ごはん キーマカレー かんぴょうサラダ	16日 ドライカレー ジャーマンポテト たまごスープ	17日 ミルクパン マカロニグラタン かぶの スパイシースープ	18日 むぎ 麦ごはん カマスのフライ そえ野菜 かぼちゃのみそ汁	19日 きかく 規格パン ふゆやさい 冬野菜の クリームシチュー コーンサラダ クリスマスデザート

こんげつ きゅうしよくもくひょう ぎょうぎ しょうじ
今月の給食目標 「行儀よく食事をしよう！」

しょうじちゅう まち きち しょうじ
食事のマナーを守り、みんなが気持ちよく食事ができるようにしましょう。

しょうじ すす じふん せき すわ す
食後は、はみがきを済ませ自分の席に座って過ごしましょう。

ぎゅうにゅう まいにち
牛乳は毎日

つきます。

のこ の
残さず飲みきり、
きれいにたたもう！



ことし とうじ がつ にち げつ
今年の冬至は12月22日（月）



《冬至》とは、1年中で、昼が一番短く、夜が一番長い日の事です。日本では、《冬至》に「ゆず湯」に入り、「冬至かぼちゃ」を食べる風習があります。どちらもカゼをひかないように、冬を無事に過ごせるようにという願いが込められています。

とうじ ななくさ うん ばい
冬至の七草（運が倍になる。「ん」が2回つく食べ物）



なんきん（かぼちゃ）・れんこん・にんじん・ぎんなん・きんかん・かんでん・うんどん（うどん）