

て あら かんせんしょうぼう 基本です！



手洗いのポイント

せっけんをつけ、
こするように洗います。

よご のこ ぶ ぶん
汚れの残りやすい部分は
念入りに。

りゅうすい せいけつ ぶん
流水でしっかりと洗い流し、
清潔なタオルなどで水分を
拭き取りましょう。

こまめに
かんきましょう



1(月)

みそけんちんうどん
やさいの
しょうがいため
だいがくいも
ぎゅうにゅう

2(火)

ごはん
だいずとりにくの
ピリからに
はくさいのみそしる
ぎゅうにゅう

3(水)

あげパン
マカロニのクリームに
だいこんのスープ
のおヨーグルト

4(木)

ごはん
にざかな
やさいのごまあえ
とんじる
ぎゅうにゅう

5(金)

ふゆやさいの
カレーライス
やさいスープ
ぎゅうにゅう
くだもの(みかん)

8(月)

ごはん
ぶたにくと
だいこんのみそに
きのこじる
ぎゅうにゅう

9(火)

じんけんしゅうかんこんだて
★人権週間献立★
ロールパン
ブイヤベース
ガルビュールスープ
ラフランスジャム
ぎゅうにゅう

10(水)

きのこスパゲティ
キャロットスープ
ぎゅうにゅう
いちごヨーグルト

11(木)

ごはん
さかなの
やさいあんかけ
スキーじる
ぎゅうにゅう

12(金)

高B3-2
リクエスト
メニュー

15(月)

きのこあんかけ
うどん
やさいのごまずに
あおりのポテト
ぎゅうにゅう

16(火)

ごはん
なまあげの
ちゅうかいため
ワンタンスープ
ぎゅうにゅう

17(水)

ごはん
さかなの
みそマヨネーズやき
やさいのわふういため
けんちんじる
ぎゅうにゅう

18(木)

とうじ こんだて
★冬至献立★
だいこんの
ピリからどん
かぼちゃのみそしる
ぎゅうにゅう
ゆずゼリー

19(金)

★神奈川産品デー★
ソフトフランスパン
ボルシチ
けんさんだいこんの
サラダ
ぎゅうにゅう
デザート

22(月)

たんしゅくにっか
短縮日課



23(火)

がっしゅうぎょうしき
2学期終業式



12月9日(水) 人権週間献立

12月4～10日は人権週間です。
この日は「ルナちゃんプロジェクト」
で来校してくれたビエール・モンティ
さんの出身国、フランス料理が登場
します。ブイヤベースはマルセイユな
ど地中海沿岸地方で生まれた魚介類の
鍋料理です。ガルビュールスープは
南部の家庭で古くから親しまれてい
る野菜スープです。外国の料理を知っ
て味わいましょう。



12月18日(木) 冬至献立

冬至は1年のうちで最も太陽が低
い位置に来るため、昼が短く、夜が長
くなります。この日はゆず湯で身を清
め、邪気を払う小豆や「ん」のつく食べ
物を食べて「運」を呼び込む風習があ
ります。給食では少し早いですが、
「ん」のつくかぼちゃ(なんきん)のみそ
汁と、ゆずゼリーを取り入れました。
行事食を味わいましょう。



12月19日(金) 神奈川産品デー

三浦半島は全国有数の大根の産地
です。11月から3月にかけて収穫
されており、給食でも今年度は
11月中旬から三浦市産の大根を
使っています。普段は汁物や煮物に
使うことが多い大根ですが、今回は
大根の味がより分かるようにサラダ
にしました。三浦半島で作られた
大根を味わいましょう！



もうすぐ冬休みですね。冬休み期間中は年中行事がたくさんあるので、
生活リズムが乱れがちですが、早寝・早起きをし、朝・昼・夕の3食を欠かさ
ず食べて(食べすぎには注意!)、規則正しい生活をこころがけましょう。



きゅうしょく
よていこんだて
かまぐらしえんがっこう

12月