





12月 もいっけ表

月	火	水	木	金
				1日 カレーライス ルー 福神漬 (アーモンド・じゃこ・ドレッシング) 麦ごはん パリパリサラダ
4日 新入生一日入学 3時間授業	5日 ポークビーンズ 2色揚げパン ココア きなこ ワンタン スープ	6日 大根と豚肉の煮物 ごはん (くるみ・たれ) くるみあえ ほっけの塩焼き	7日 わかめごはん (ごま・たれ) ごま酢あえ 鶏肉のから揚げ [3こ] みそ汁	8日 磯煮 ごはん (だし・しょうゆ) おひたし 豚肉のみそ漬焼き
11日 中華風ピリ辛ごはん (たれ) 華風あえ 揚げぎょうざ [2こ] レンフォアタン	12日 (じゃこ・ドレッシング) シーフード グラタントースト 青菜とじゃこのサラダ じゃが芋のコンソメスープ煮	13日 (アーモンド・たれ) アーモンドあえ 鮭フライ (ソース) ごはん 豚汁	14日 カレー南蛮 小松菜のソテー チーズとしらすの卵焼き	15日 (のり・だし・しょうゆ) 磯香あえ こぎつねごはん いかのごまマヨネーズ焼き のっぺい汁
18日 (じゃこ・ドレッシング) ジャンバラヤ 鉄骨サラダ はんぺんの香味焼き チンゲンサイのスープ	19日 (たれ) かんぴょうのあえ物 さばの幽庵焼き ごはん とっちゃんげ汁	20日 小松菜クリーム (ささみ・ドレッシング) スパゲッティ チキンサラダ	  <div data-bbox="1591 1159 2469 1642" style="border: 2px solid red; border-radius: 50%; padding: 20px; text-align: center;"> <p>冬の食生活について考えよう ~寒さに負けない体をつくろう! 季節の野菜や果物を食べて 抵抗力をつけましょう</p> </div>	