

12月献立予定表



郡山市では給食の米に「あさが舞」を使用しています。

Main menu table with columns for Day, Meal Name, Energy/Protein/Fat, and three types of 'Zai-ryou' (breakfast, lunch, dinner) with their ingredients and portion sizes.

Nutritional information table showing 12-month average intake vs. standards for Energy, Protein, Fat, Calcium, Iron, and Vitamins A, B1, B2, C.

☆ 給食に使用している野菜は食中毒防止のため、すべて加熱調理しています。また、直接食べる果物（トマト・ミドナも含む）は、流水で3回以上洗浄しています。

☆ 食材価格の変動・学校行事・業者の都合により、献立内容を変更する場合がございますのでご了承下さい。

令和6年



# 12がつこんだてよていひょう

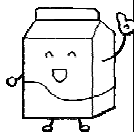
郡山市立緑ヶ丘第一小学校

12月のきゅうしょくもくひょう

みんなで きょうりよくして きゅうしょくを じゅんびしよう

2 (月) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> とさづけ さばのカレーやき むぎごはん じゃがいものみそしる	3 (火) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> コーンサラダ きなこあげパン ポークビーンズ	4 (水) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> キムチあえ にくどんのぐ むぎごはん こんさいじる	5 (木) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> もやしとにらのナムル とりつくね ちゅうかめん しょうゆラーメン	6 (金) <b>おべんとうをもってくる日</b> 
9 (月) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> だいこんごまあえサラダ ツナごはん こめこワンタンスープ	10 (火) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> ちぐさづけ かつおてづくりふりかけ むぎごはん すきやきに	11 (水) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> すきこんぶのこうみあえ とりのからあげ ごはん はくさいとシミどうふのみそしる	12 (木) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> とうにゅうプリン チキンとブロッコリーのサラダ こくとうパン むぎのおかゆふうスープ <small>教科書こんだて(おかゆのおなべ)</small>	13 (金) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> ひじきのいために とりはくのピリからみそやき むぎごはん キャベツのみそしる
16 (月) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> りんご かいそうサラダ キーマカレーライス <small>ふくしま けんこう おうえん 福島健康応援メニュー</small>	17 (火) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> フルーツクリームあえ ドッグパン はくさいとにくだんごのスープに	18 (水) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> しおこんぶあえ さけのさんみやき ごはん じゅう	19 (木) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> ぼんかん とうじかぼちゃ ソフトめん きのこのけんちんじる <small>食育の日: ふくしま健康応援メニュー</small>	20 (金) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぎゅうにゅう</span> ケーキ グリーンソテー てりやきチキン ごはん とうふスープ <b>ケーキリザーフきゅうしょく</b>

だい3がつき  
しぎょうしき:1月8日  
きゅうしょくは  
1月9日からです。



冬至には「ん」のつく食べものを食べる習慣があります (「運」をつけるため)

ナンキン (カボチャ) かんかん (かぼちゃ) ギンナン キンカン カンテン ウンドン (うどん)

