



いただきます

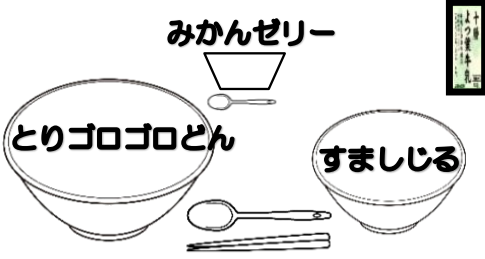
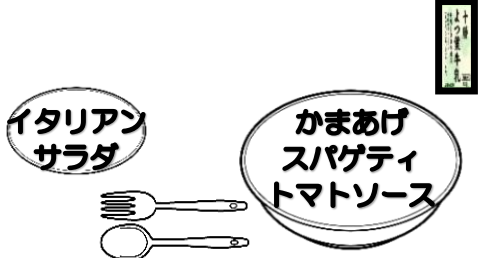
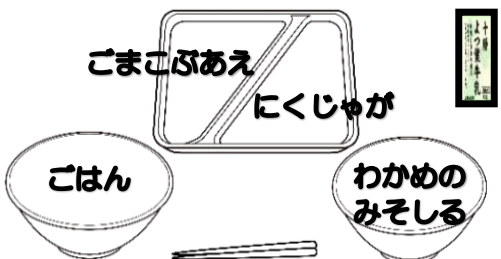
12月

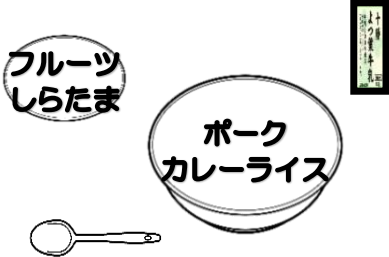

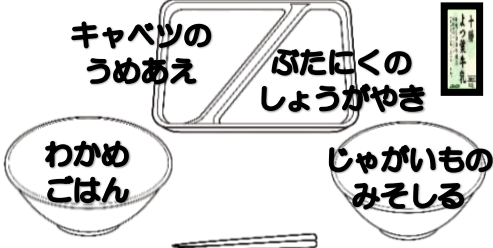


年 組



年 組		献立名
2 日 (月)		ごはん なめこのみそしる とりにくのうまに はくさいのおかかあえ 牛乳
	☆クイズ☆ はくさい白菜はキャベツのようにたくさんの葉が巻いている野菜です。1個にだいたい何枚くらいの葉がついているでしょう？ ①約20枚 ②約100枚 ③約50枚 答え：②約100枚	☆ごちそうさまでした☆
3 日 (火)		ごはん やさいのちゅうかスープ ユーリンチー ちゅうかサラダ 牛乳
	☆クイズ☆ ユーリンチーは鶏肉を油で揚げ、刻みネギと甘酸っぱいたしがかった料理です。では、ユーリンチーはこの国の料理でしょう？ ①日本 ②韓国 ③中国 答え：③中国	☆ごちそうさまでした☆
4 日 (水)		ほかほかよこぎりブランパン コーンがはじけるなめらかスープ エビがいっぱいはいったエビカツ キャッチャんとえっちゃんのソテー 牛乳
	☆クイズ☆ 今日のメニューは明星小学校4年生が給食のネーミングを考えてくれました！とってもおいしそうなお名前をつけてくれましたよ♪みなさんも楽しく食べてくださいね！	☆ごちそうさまでした☆

5 日 (木)		とりゴロゴロどん
		すましじる
		みかんゼリー
		牛乳
☆クイズ☆		☆ごちそうさまでした☆
<p>「とりゴロゴロどん」に入っている^{はい}椎茸^{しいたけ}のクイズです。椎茸はどこから^は生えているのでしょうか？</p> <p>①地面^{じめん} ②石^{いし} ③木^き</p> <p>答え：③木^き</p>		
6 日 (金)		かまあげスパゲティトマトソース
		イタリアンサラダ
		牛乳
☆クイズ☆		☆ごちそうさまでした☆
<p>「トマトソース」に入っている^{はい}トマトに^{多く}含まれている^{えいよう}栄養^{つぎ}は次のうちどれでしょうか。</p> <p>①カテキン ②ガチャピン ③リコピン</p> <p>答え：③リコピン</p>		
9 日 (月)		ごはん
		わかめのみそしる
		にくじゃが
		ごまこぶあえ
		牛乳
☆ひとこと☆		☆ごちそうさまでした☆
<p>今月の目標は「みんなで楽しく食べよう」です。</p> <p>給食は、みんなとコミュニケーションをとりながら楽しく^{たの}食事を^{たの}することができて、マナーを^み身につけることができます。みんなが^{たの}楽しめる^{じかん}時間にしましょう。</p>		

10 日 (火)	 <p>フルーツしらたま</p> <p>ポークカレーライス</p>	ポークカレーライス
		フルーツしらたま
		牛乳
	☆クイズ☆	☆ごちそうさまでした☆
	<p>日本人がよく食べるカレーライスは、ある外国の料理をもとに考えられました。その料理とは次のうちどれでしょう？</p> <p>①シチュー ②ハヤシライス ③オムライス</p> <p>答え：①シチュー</p>	
11 日 (水)	 <p>かぼちゃサラダ</p> <p>ココロチキンのバジルふうみ</p> <p>チョコチップパン</p> <p>アルファベットスープ</p>	チョコチップパン
		アルファベットスープ
		ココロチキンのバジルふうみ
		かぼちゃサラダ
		牛乳
	☆クイズ☆	☆ごちそうさまでした☆
	<p>ベーコンはお肉を塩漬けにして、高い温度の煙をあてて燻製にしたものです。では、給食のベーコンは次のうちどのお肉で作ったものでしょう？</p> <p>①豚肉 ②鶏肉 ③鹿肉</p> <p>答え：①豚肉</p>	
12 日 (木)	 <p>キャベツのうめあえ</p> <p>ぶたにくのしょうが焼き</p> <p>わかめごはん</p> <p>じゃがいものみそしる</p>	わかめごはん
		じゃがいものみそしる
		ぶたにくのしょうが焼き
		キャベツのうめあえ
		牛乳
	☆クイズ☆	☆ごちそうさまでした☆
	<p>「豚肉のしょうが焼き」には、しょうががたっぷり入っています。しょうがを食べると体にいいことがあります。次のうちどれでしょう？</p> <p>①背が伸びる</p> <p>②肌が白くなる</p> <p>③体を温める</p> <p>答え：③体を温める</p>	

13 日 (金)	 <p>コーンサラダ</p> <p>チキンクリームパンネ</p>	チキンクリームパンネ
		コーンサラダ
		牛乳
	☆クイズ☆	☆ごちそうさまでした☆
	<p>今日のチキンクリームパンネにはほうれん草は、一年のうちで、どの季節のほうれん草が一番栄養がたくさんあるでしょう？</p> <p>①春 ②夏 ③秋 ④冬</p> <p>答え：④冬</p>	
16 日 (月)	 <p>ソファールおいしいげんきヨーグルト</p> <p>みんなだいすきカラフルぶたどん</p> <p>はくさいとみそがであったしる</p>	みんなだいすきカラフルぶたどん
		はくさいとみそがであったしる
		ソファールおいしいげんきヨーグルト
	牛乳	
	☆ひとこと☆	☆ごちそうさまでした☆
	<p>今日のメニューは明星小学校4年生が給食のネーミングを考えました！かわいらしいネーミングになっていますので、みなさんも楽しんで食べてくださいね♪</p>	
17 日 (火)	 <p>ちくわとれんこんのあまからいため</p> <p>ホッケフライ</p> <p>ごはん</p> <p>いもだんごじる</p>	ごはん
		いもだんごじる
		ホッケフライ
	ちくわとれんこんのあまからいため	
	牛乳	
	☆クイズ☆	☆ごちそうさまでした☆
	<p>「ちくわ」に穴があいているのはなぜでしょう？</p> <p>①きゅうりを入れるため</p> <p>②遠くを見るため</p> <p>③棒に巻きつけて作っているから</p> <p>答え：③棒に巻きつけて作っているから</p>	

18 日 (水)	<p>とかちのごぼうサラダ かぼちゃと きんときまめの カレーコロッケ コッペパン オビリースープ</p>	コッペパン	
		オビリースープ	
		かぼちゃと きんときまめの カレーコロッケ	
		とかちのごぼうサラダ	
		牛乳	
☆ひとこと☆	☆ごちそうさまでした☆		
	<p>今日の「かぼちゃと金時豆のカレーコロッケ」は十勝のかぼちゃ、豆、玉葱を使って、十勝の工場でおいしいコロッケを作ってもらいました♪ 豆が苦手な人もおいしく食べられるコロッケです。十勝の恵に感謝していただきましょう。</p>		
19 日 (木)	<p>バンバンジーサラダ あまずだれにくだんご ごはん はるさめスープ</p>	ごはん	
		はるさめスープ	
		あまずだれにくだんご	
		バンバンジーサラダ	
		牛乳	
☆クイズ☆	☆ごちそうさまでした☆		
	<p>春雨の名前の由来は次のうちどれでしょう？</p> <p>①春の海に集まる「サメ」に似ているから ②春に降る「雨」に似ているから ③春に食べる「そうめん」に似ているから 答え：②春に降る「雨」に似ているから</p>		
20 日 (金)	<p>とうじぜんざい こうばしかつおしょうゆやきうどん</p>	こうばしかつおしょうゆやきうどん	
		とうじぜんざい	
		牛乳	
		☆クイズ☆	☆ごちそうさまでした☆
			<p>今年の冬至は12月21日です。冬至とは1年で太陽の出ている時間が短く、夜が長い日です。日本では冬至にかぼちゃを食べて、あるものを入れたお風呂に入る風習があります。あるものとは何でしょう？</p> <p>①りんご ②ゆず ③みかん 答え：②ゆず</p>

23 日 (月)		チキンピラフ
		リーキいりオニオンスープ
		とりじゃが
		牛乳
	☆ひとこと☆	☆ごちそうさまでした☆
	<p>リーキは長ねぎに似ている野菜で、煮込むと、甘味が増して、とろっとおいしくなります。今日はオニオンスープに入っていますよ♪リーキを探してみてくださいね！</p>	
24 日 (火)		ハッシュドポーク
		ダイコンマリネ
		クリスマスこめこのチョコケーキ
		牛乳
	☆クイズ☆	☆ごちそうさまでした☆
	<p>今日はクリスマスメニューです。2学期、頑張ったみんなに、「クリスマスチョコケーキ」がつかます。明日からは冬休みがはじまります。早寝、早起き、朝ごはんを心がけて、3学期も元気に会いましょう！</p>	