

給食だより



		1
日付	◆ 昼 食	◆ 間食 2
1	ご飯 八宝菜 揚げシュウマイ	牛乳
(木)	りんご わかめの味噌汁	塩せんべい カプリコ
2	お子さまうどん	牛乳
(金)	ヤクルト	ミニあんぱん
3	ミニあんぱん	
(土)	ヤクルト	
5	ふるさとご飯 ちくわの磯辺揚げ かぼちゃ煮物	牛乳
(月)	オレンジ もやしの味噌汁	せんべい カステラ
6	鮭ご飯 野菜の天ぷら 春菊とほうれん草のごま和え	牛乳
(火)	オレンジ なめこの味噌汁	のりせんべい プリッツ
7	二色サンド スコッチエッグ ほうれん草ベーコンソテー	牛乳
(水)	オレンジ はんぺんスープ	手作りおやつ
8	わかめご飯 おでん 揚げぎょうざ	牛乳
(木)	みかん	しょうゆせんべい 動物ヨーチ
9	かきたまうどん	牛乳、、、、、、
(金)	ヤクルト	ミニあんぱん
10	ミニあんぱん	
(土)	ヤクルト	
12	豚丼 厚焼き玉子 きゅうりの浅漬け	牛乳
(月)	りんご 豆腐の味噌汁	歌舞伎揚げ クッキー
13	ご飯 カジキマグロの煮付け ひじきの五目煮	牛乳
(火)	バナナ 白菜の味噌汁	ドーナツ ゼリー
14	たまごサンド はんぺんチーズフライ ミックスビーンズ	牛乳
(水)	オレンジ キャベツのスープ	手作りおやつ
15	お誕生日ランチ	牛乳
(木)		フルーツゼリー
16	肉うどん	牛乳
(金)	ヤクルト	ミニあんぱん
17	ミニあんぱん	
(土)	ヤクルト	
19	シーフードカレー 福神漬け	牛乳
(月)	みかん ニラ玉スープ	せんべい カステラ
20	ご飯 ポークケチャップ炒め 切干大根のツナサラダ	牛乳
(火)	バナナ 豆腐の味噌汁	クッキー のりせんべい
21	バターロールパン オムレツ マカロニサラダ ブロッコリー	牛乳
(水)	オレンジ クリームシチュー	手作りおやつ
22	ご飯 鮭の甘塩焼き きんぴらごぼう	牛乳
(木)	キウイフルーツ 大根の味噌汁	せんべい カントリーマアム
23	味噌ラーメン	牛乳
(金)	ヤクルト	ミニあんぱん
24	ミニあんぱん	
(土)	ヤクルト	
26	三色そぼろご飯 さつまいも煮 ほうれん草納豆和え	
(月)	みかん わかめの味噌汁	
27	ご飯 照り焼きチキン ごぼうサラダ ブロッコリー	
(火)	バナナ 玉ねぎの味噌汁	
28	年越しうどん	
(水)	ヤクルト	

みかんを食べよう!

みかんの仲間は、世界でおよそ900種類もありますが、 日本のみかんは日本独自の品種です。

ビタミンCが多く含まれているので、免疫力がアップし、風邪の予防に大きな効果を発揮します