




こんだてひょう

瀬戸田小学校
牛乳は毎回あります。

月	火	水	木	金
冬休みの生活について 冬休みに入ると、つい起きるのが遅くなったり朝食を抜いたりして生活リズムが乱れ、風邪やインフルエンザなどにかかりやすくなります。 <u>食事や睡眠はしっかりととり、家に帰ったらうがい・手洗いをするなど、みんなで心がけて健康に過ごしましょう。</u> 				1
				ナン キーマカレー かみかみサラダ
4	5	6	7	8
ごはん 牛肉と蓮根の五目きんぴら 相性汁	クロワッサン 手作りマカロニグラタン コンソメスープ ミルメーク（ココア味）	ごはん 因島たちうおのレモン風味 豚汁 	わかめごはん ひきずり かぶの三杯酢和え 瀬戸田の柑橘	小型黒糖パン 広島菜漬けスパゲッティ ツナサラダ 手作りぶどうゼリー
11 かみかみデー	12	13	14 冬至献立	15
ごはん くわいのから揚げ つつきなます 白菜のみそ汁 <div style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block;"> 瀬戸田の橙を使います。 </div>	オムレツ付きチキンライス かぶのシチュー フルーツポンチ 	ごはん 厚揚げのコロコロマーボー バンサンスー	ごはん 鯖のゆずみそがけ 切りほしだいこん 切干大根のはりはり漬け かぼちゃのけんちん汁 	小型コッペパン いちごジャム きつねうどん 小松菜のしらす和え
18	19	20	21	22 クリスマス献立
麦ごはん 里芋と鶏肉のうま煮 おこめんサラダ 瀬戸田の柑橘	パインパン ボルシチ コーンサラダ ヨーグルト	ごはん 五目大豆 ツナとキャベツの海苔和え 	ビビンバ丼 たまごとわかめのスープ 	カレーライス ビーンズサラダ クリスマスデザート 

クリスマスデザートは
 チョコムース・いちごモンブラン・
 チョコケーキから、えらびます。