



令和5年度

12月よていこんだて

新冠小学校
新冠町教育委員会

月	火	水	木	金
<p>*給食を配膳する時は、マスクをつけます。 *エプロン三角巾とマスクはセットで持ってくるようにしましょう。 *給食用の袋にマスクを複数入れておくと忘れたときも安心です。 *ご協力よろしくお願ひします。</p>				<p>1 バターパン とりのレモンやき マカロニサラダ ちんげんさいのスープ</p> <p>629kcal たんぱく質23.7g</p>
<p>きいろのなかま</p>	ねつやちからのもとなるもの			<p>バターパン、マカロニ</p>
<p>あかのなかま</p>	からだをつくるもとなるもの			<p>とりにく、ハム</p>
<p>みどりのなかま</p>	からだのちようしをととのえるもの			<p>にんじん、きゅうり、たまねぎ、ちんげんさい、バジル</p>
<p>4 ジャージャーめん みかんゼリー</p> <p>朝日小1年生が一緒に新冠小で食べます</p> <p>635kcal たんぱく質23.5g</p>	<p>5 かきあげどん えのきとほうれんそうのみそしる はくさいとキャベツのあさづけ</p> <p>687kcal たんぱく質18.0g</p>	<p>6 カレーライス とけないアイス</p> <p>555kcal たんぱく質24.8g</p>	<p>7 ぶたキムチどん たまごとわかめのスープ はるさめサラダ</p> <p>547kcal たんぱく質21.6g</p>	<p>8 やきそばパン ジュリアンスープ ホロシリぎゅうにゅう</p> <p>635kcal たんぱく質20.9g</p>
<p>ラーメン、みかんゼリー</p>	<p>おむぎいりごはん</p>	<p>おむぎいりごはん、いも、とけないアイス</p>	<p>おむぎいりごはん、ごま</p>	<p>コッパン、やきそばめん</p>
<p>ぶたにく、にんじん、たまねぎ、ながねぎ、しょうが、ほししいたけ、たけのこ</p>	<p>かきあげ、しおこんぶ えのき、ほうれんそう、はくさい、キャベツ、にんじん、しょうが</p>	<p>チーズ、ぎゅうにゅう、とりにく、にんじん、ピーマン、たまねぎ、りんご、にんにく</p>	<p>ぶたにく、たまご、わかめ、ハム もやし、にら、たまねぎ、にんじん、はくさいキムチ、こまつな</p>	<p>ぶたにく</p>
<p>11 ごもくうどん とうじかぼちゃ</p> <p>614kcal たんぱく質20.7g</p>	<p>12 ごはん さばみそに ほうれんそうごまあえ だんごちゃんこじる</p> <p>6年生リクエスト</p> <p>朝日小3年生が一緒に新冠小で食べます</p> <p>556kcal たんぱく質23.0g</p>	<p>13 タコライス コンソメスープ</p> <p>朝日小4年生が一緒に新冠小で食べます</p> <p>581kcal たんぱく質22.1g</p>	<p>14 ごはん やさいのしょうがに なめことねぎのみそしる</p> <p>629kcal たんぱく質28.4g</p>	<p>15 あげパン ポルシチ チョコプリン</p> <p>640kcal たんぱく質18.2g</p>
<p>うどん、かぼちゃ</p>	<p>おむぎいりごはん、ごま</p>	<p>おむぎいりごはん、いも</p>	<p>おむぎいりごはん とりにく、うずらたまご、こうやとうふ、あぶらあげ</p>	<p>ミルクパン、いも、チョコプリン</p>
<p>とりにく、あずき、なると</p>	<p>さばみそに、にくだんご</p>	<p>ぶたにく、だいず</p>	<p>ぶたにく、だいず</p>	<p>ぶたにく</p>
<p>にんじん、ほししいたけ、ごぼう、ふき、たまねぎ、ながねぎ</p>	<p>ほうれんそう、にんじん、ながねぎ、だいこん、キャベツ、にら、こまつな、しめじ</p>	<p>たまねぎ、にんにく、ニンジン、トマトピューレ、キャベツ、ブロッコリー、ピーマン</p>	<p>にんじん、だいこん、しょうが、ながねぎ、なめこ</p>	<p>にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーツ</p>
<p>18 かけナポリタン フレンズクレープいちご</p> <p>607kcal たんぱく質24.4g</p>	<p>19 カラフルピラフ やさいスープ ミートボール ミルクココア</p> <p>605kcal たんぱく質21.7g</p>	<p>20 マーボードウフどん ねぎとわかめのスープ いそかあえ</p> <p>660kcal たんぱく質23.1g</p>	<p>21 さけなごはん にくじゃが しめじとねぎのみそしる</p> <p>602kcal たんぱく質29.2g</p>	<p>22 終業式 こくとうむすびパン もみのきハンバーグ こぶくろケチャップ ブロッコリーサラダ ジュリアンスープ クリスマスデザート</p> <p>クリスマス給食</p> <p>700kcal たんぱく質23.9g</p>
<p>スパゲティ、フレンズクレープいちご</p>	<p>おむぎいりごはん、ミルクココア</p>	<p>おむぎいりごはん</p>	<p>おむぎいりごはん、ごま、いも 鮭菜(さけな)、ぶたにく、さつまあげ、えだまめ</p>	<p>こくとうむすびパン、クリスマスデザート</p>
<p>ぶたにく、ベーコン、えだまめ、チーズ にんじん、たまねぎ、しめじ、ピーマン、にんにく、しょうが、トマトピューレ</p>	<p>ミートボール、ぶたにく、えだまめ キャベツ、にんじん、たまねぎ、にんにく、パセリ、しめじ</p>	<p>とうふ、ぶたにく、わかめ、ちくわ、のり しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、ほししいたけ、ながねぎ、こまつな、もやし</p>	<p>しめじ、ながねぎ、たまねぎ、にんじん</p>	<p>ハンバーグ にんじん、ブロッコリー、キャベツ、たまねぎ</p>
<p>Merry Christmas</p>	<p>冬休みスタート!</p>	<p>*牛乳は毎日つきます。 *行事等により変更になることもあります。ご了承下さい。</p>		
		<p>月平均栄養価: エネルギー647kcal たん白質23.0g 脂質19.8g 炭水化物79.9g 食塩2.6g</p>		