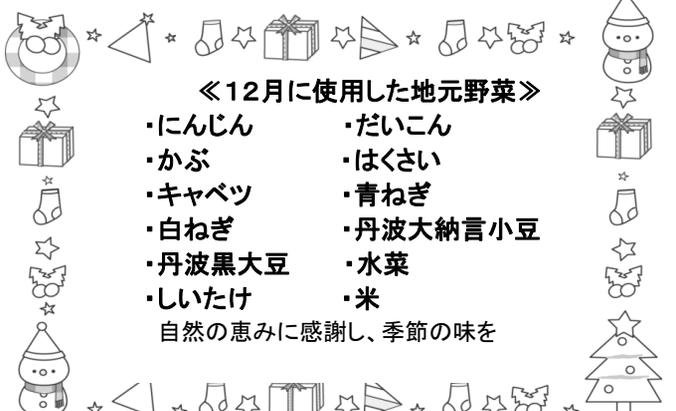


月	火	水	木	金
---	---	---	---	---


  
 《12月に使用した地元野菜》
 

- ・にんじん
- ・かぶ
- ・キャベツ
- ・白ねぎ
- ・丹波黒大豆
- ・しいたけ
- ・だいこん
- ・はくさい
- ・青ねぎ
- ・丹波大納言小豆
- ・水菜
- ・米

 自然の恵みに感謝し、季節の味を

1 小パン・牛乳  
スूपスパゲティ  
オムレツ  
ブロッコリーのサラダ

2 あずきごはん・牛乳  
白身魚フライ  
なすのそくせき漬け  
のっぺい汁・みかん



5 ごはん・牛乳  
焼きハンバーグ  
ポテトサラダ  
マカロニスープ

6 ごはん・牛乳  
炒めなます  
いもかりんとう  
大根のみそ汁・みかん

7 ごはん・牛乳  
サバのゆずみそかけ  
五目豆煮  
えのきのすまし汁

8 アップルパン・牛乳  
ボルシチ  
ゆでたまご  
コーンサラダ

9 ゆかりごはん・牛乳  
ほうとう  
れんこんのかき揚げ  
りんご



12 ごはん・牛乳  
そばろ煮  
ハタハタのから揚げ  
ごぼうのごま酢和え

13 黒豆ごはん・牛乳  
サケの塩焼き  
小松菜とキャベツのごま和え  
じゃがいものみそ汁・りんごゼリー

14 ごはん・牛乳  
おでん  
ごまじゃこ  
わかめの酢の物

15 プチパン・牛乳  
フライドチキン  
みかんサラダ  
コーンスープ・オムレットケーキ

16 ごはん・牛乳  
とうふの中華煮  
蒸ししゅうまい  
ほうれん草のナムル



19 ごはん・牛乳  
鶏肉のゆず香り揚げ  
かぼちゃのいとこ煮  
とうふのすまし汁

20 麦ごはん・牛乳  
筑前煮  
ごまめ  
かぶの甘酢和え・みかん

21 ごはん・牛乳  
タラのチリソース  
大根と水菜のサラダ  
はるさめスープ

