



12月



月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> </div>				<p>1 ごはん・牛乳 そばろ煮 焼きシシヤモ 小松菜とたくあんのごま和え</p> 
				<p>4 ゆかりごはん・牛乳 ほうとう れんこんのかき揚げ りんご</p> 
<p>11 ハヤシライス・牛乳 (玄米入りごはん) プレーンオムレツ 切り干し大根のサラダ</p> 	<p>12 ごはん・牛乳 キピナゴカリカリフライ 炒めなます 呉汁</p> 	<p>13 ごはん・牛乳 みそおでん ひじきちりめん キャベツの香味漬け</p> 	<p>14 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・クリスマスケーキ</p> 	<p>15 ごはん・牛乳 もみの木ハンバーグ ブロッコリーのサラダ とうふのすまし汁・ミニトマト</p> 
<p>18 ごはん・牛乳 豚肉と大根の煮物 サケのちゃんちゃん焼き (焼きザケ・野菜のみそ炒め)</p> 	<p>19 ごはん・牛乳 とり肉のゆず香り揚げ かぼちゃのいとこ煮 かぶのすり流し</p> 	<p>20 玄米入りごはん 筑前煮 黒豆の甘煮 かぶの甘酢和え・みかん</p> 	<p>21 パン・牛乳 大豆のトマトスープ煮 白身魚のフレーク揚げ ドレッシングサラダ・タルタルソース</p> 	

《今月の地元食材》

- ・だいこん
- ・かぶ
- ・にんじん
- ・小松菜
- ・白菜
- ・青ねぎ
- ・白ねぎ
- ・ミニトマト
- ・しょうが
- ・ゆず
- ・丹波黒大豆
- ・丹波大納言小豆
- ・玄米
- ・丹波篠山産コシヒカリ(農都のめぐみ米)

