



# 12月のこんだてひょう



令和5年度

西東京市立柳沢小学校

日 曜	こんだてめい		血や肉や骨となるもの	熱や力となるもの	体の調子をととのえるもの
1 金	さといも ごはん	牛乳	いかのレモンじょうゆ きりたんぼ汁	牛乳 とり肉 いか 油あげ	にんじん レモン ごぼう はくさい えのき こまつな 長ねぎ
4 月	じゃこいり たくあんごはん	牛乳	おでん はくさいのごまあえ	牛乳 じゃこ こんぶ あげ ボール ちくわ がんも	こんにゃく たくあん だいこん にんじん はくさい ほうれん草
5 火	さんさい おこわ	牛乳	さわらのしょうがあんかけ せんべい汁	牛乳 油あげ さわら とり肉	にんじん わらび しょうが だいこん ごぼう 長ねぎ みずな しいたけ
6 水	キャベツとひ き肉のカレー	いちご ジョア	だいこんとハムのサラダ	ジョア ぶた肉 ハム	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん キャベツ だいこん きゅうり
7 木	サイハン	牛乳	生あげのちゅうかに くきわかめのごまふうみ	牛乳 ぶた肉 生あげ とり肉 くきわかめ	にんじん たけのこ しいたけ チンゲン 菜 しょうが こまつな 玉ねぎ えのき にんじん だいずもやし きゅうり
8 金	食パン いちごジャム	牛乳	★ほたてのバターやき (レモンじょうゆかけ) ポトフ みかん	牛乳 ほたて ぶた肉 ウインナー ベーコン	レモン キャベツ にんじん 玉ねぎ かぶ セロリー みかん
11 月	タコライス	牛乳	もずくスープ りんご	牛乳 ぶた肉 だいず チーズ とり肉 とうふ もずく	玉ねぎ にんじん にんにく トマト レモン きゅうり コーン キャベツ 長ねぎ りんご
12 火	にんじん ごはん	牛乳	さばのみそ煮 けんちん汁 ゆずはくさい	牛乳 さば みそ とり肉 とうふ	こんにゃく にんじん しょうが きゅうり はくさい ゆず 長ねぎ
13 水	ココア あげぱん	牛乳	肉だんごやさいのスープ こんにゃくサラダ	牛乳 ぶた肉 とり肉	こんにゃく しょうが キャベツ 長ねぎ きゅうり もやし にんじん
14 木	キムチ ラーメン	牛乳	ほうれん草とコーンのソテー フルーツヨーグルト	牛乳 ぶた肉 ベーコン ヨーグルト	にんにく しょうが もやし キムチ 長ねぎ ほうれん草 コーン みかん パイン もも 洋なし
15 金	ゆかり なめし	牛乳	チキンなんばん かぶのサラダ こしね汁	牛乳 とり肉 ぶた肉 油あげ みそ	こんにゃく だいこん葉 しょうが 長ねぎ かぶ きゅうり しいたけ だいこん ごぼう
18 月	しょうが ごはん	牛乳	さけのてりやき さつま汁	牛乳 油あげ ぶた肉 さけ とり肉 とうふ みそ	こんにゃく しょうが しめじ にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ
19 火	シナモン アップルトースト	牛乳	ポルシチ ツナサラダ	牛乳 ぶた肉 ウインナー ツナ	りんご だいこん にんじん ビート 玉ねぎ セロリー キャベツ トマト レモン はくさい きゅうり
20 水	カレー ラーメン	牛乳	キャベツのオイスターいため はれひめ	牛乳 ぶた肉 ベーコン	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん キャベツ はれひめ
21 木	ミート ライス	牛乳	フライドチキン やさいスープ りんご	牛乳 ベーコン ハム ぶた肉 とり肉	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ もやし こまつな りんご
22 金	わかめ ごはん	のむヨー グルト	ポテトコロツケ キャベツのみそ汁 みかんシャーベット	のむヨーグルト わかめ ぶた肉 たまご 生あげ みそ	にんじん 玉ねぎ キャベツ こまつな えのき 長ねぎ

※食材は都合により変更する場合があります。

## ★12/8(金)ホタテデーのお知らせ



北海道森町の水産加工業者は、水産物の輸出減少により、深刻な影響を受けています。そこで、森町では町内事業者支援の一環として町内業者からホタテを買い取り、全国の学校給食に無償で提供する事業が行われました。

西東京市教育委員会ではこの取り組みに賛同し、このたび、北海道のホタテを西東京市の学校給食に約 15,500 食、無償で提供していただくことになりましたので、12/8(金)をホタテデーとして、西東京市立小中学校給食で使用します。

本校では、「ホタテのバター焼き(レモンじょうゆかけ)」を提供する予定です。森町のホタテの味を楽しみにしてください。