

令和4年度

12月上旬の給食



今、冬の野菜が旬を迎えています。給食では西東京市産の野菜を取り入れています。
今月は大根・小松菜・にんじん・ほうれん草・里芋・生しいたげが地場産の予定です。

冬の野菜は水分が多いためやわらかく、厳しい寒さに耐えて成長しているため、糖度が高いのが特徴です。野菜をたくさん食べて、免疫力を高めましょう！

12月1日 木曜日

*じゃこ入りたくあんごはん *おでん
*白菜のごま和え *みかん *牛乳



12月2日 金曜日

*にんじんごはん *さばのみそ煮
*白菜のいそ和え *沢煮碗 *牛乳



12月5日 月曜日

*わかめごはん *チキンみそカツ
*コールスローサラダ *大根スープ *牛乳



12月6日 火曜日

*里芋ごはん *銀だらの照り焼き
*だまこ汁 *牛乳



12月7日 水曜日

*ミートカレーライス *ブロッコリーサラダ
*りんご *ジョア



12月8日 木曜日

*ココア揚げパン *肉団子と野菜のスープ
*もやしのサラダ *牛乳



12月9日 金曜日

*中華おこわ *いかの香味焼き
*春雨とメンマのスープ *みかん *牛乳

