

月	火	水	木	金
1 ごはん 牛乳 みそ汁(とうふ・油あげ) チャップチエ ナムル ごま油 白ごま ごまつな にんじん もやし どうもろこし	2 森小学校6年1組 セレクト給食 ココアパン 牛乳 やさいスープ オムレツ パンは一ローサイズにちぎってたべてね	3 ハヤシライス 牛乳 えだまめ えだまめ	4 和風キノコスパゲティ 牛乳 かみみごぼうハンバーグ 甘酢和え きいちん きいちん 運動したり、勉強するためのエネルギーになるよ! きいちんの食べ物は何か??	5 ごはん 牛乳 みそ汁(たまご・玉ねぎ・とうふ) さんまのおかか煮 みそおでん 三温糖 みそおでんに入っている『うずら卵』は口の中でつるんとすべりやすいので、のどつまりしないようよくかんでたべてね。
8 ごはん 牛乳 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ・しめじ) わかれりのピカタ アジフライ 切干大根 『アジフライ』のしっぽは、残しても良いです。 食べる場合は、よくかんで食べてね。	9 森小学校5年2組 セレクト給食 コッペパン 牛乳 コーンポタージュ パンは一ローサイズにちぎってたべてね	10 ごはん 牛乳 八杯汁 きんぴらごぼう パンは一ローサイズにちぎってたべてね	11 カレーうどん 牛乳 揚げしゅうまい ヨーグルト チーズインハンバーグ	12 ごはん 牛乳 みそ汁(じゃがいも・わかめ・長ねぎ) プロッコリーのゴマサラダ 『アジフライ』のしっぽは、残しても良いです。 食べる場合は、よくかんで食べてね。
15 二色丼 牛乳 みそ汁(とうふ・なめこ) ほれん草とえのきの和え物 『あかちゃん』 さつまいも さつま汁 さばのみそ煮 プロッコリーのおかか和え 『サバのみそ煮』は、 ほねにきをつけながらたべてね。	16 森小学校5年1組 セレクト給食 ソフトフランスパン 牛乳 シチュー コロッケ 白身魚フライ なっとう パンは一ローサイズにちぎってたべてね	17 ごはん 牛乳 いもだんご汁 白身魚フライ なっとう パンは一ローサイズにちぎってたべてね	18 あんかけやきそば 牛乳 ショーロンポー プリン 『チーズオロースト』 『フルーツ白玉』	19 ごはん 牛乳 たまごスープ チーズオロースト フルーツ白玉 『チーズオロースト』 『フルーツ白玉』
22 ごはん 牛乳 さつま汁 さばのみそ煮 プロッコリーのおかか和え 『サバのみそ煮』は、 ほねにきをつけながらたべてね。	23 クリスマス行事食 ソフトフランスパン 牛乳 ポトフ もみの木型ハンバーグ クリスマス米粉カッピーケーキ パンは一ローサイズにちぎってたべてね	24 ごはん 牛乳 みそ汁(とうふ・わかめ) 肉じゃが うみあえ パンは一ローサイズにちぎってたべてね	25 クリスマス 手洗いの仕方	平均栄養摂取量 エネルギー たんぱく質 脂質 幼稚園 452kcal 18.7g 15.6g 小学校(中学生) 601kcal 24.3g 20.0g 中学校 753kcal 29.6g 23.4g  カルシウム 鉄 食塩相当量 幼稚園 284mg 2.7mg 1.6g 小学校(中学生) 368mg 3.4mg 2.2g 中学校 405mg 4.5mg 2.8g

今月の給食目標

きれいに手を洗おう。

わたしの給食目標  
【給食の時間に頑張りたいことを書きましょう。】

(例) 苦手なものも一ロードチャレンジする。など

### 石けんを使って手を洗おう

手洗いは手軽にできる感染症予防の一つです。手洗いで洗い残しが多い部分は、指先やつめの間、指の間、親指、手の甲などです。石けんやハンドソープを使って、手のひら、手の甲、指先とつめの間、指の間、親指、手首をしっかりと洗う習慣を身につけることが大切です。



### 12月の給食の地場産物の活用

森町で作られた食材・食品



森町近隣の町で作られた食材・食品



12月23日(火)はこしはやいですが、

### クリスマスの行事食

提供されます!

クリスマスツリーの形をした、  
もみの木型ハンバーグや  
クリスマスの特別デザートを  
味わって食べましょう!

### ★★★ 小中学校の給食費が無償化となりました ★★★

町では、これまで小中学生の給食費の一部を助成してきましたが、子育て世帯の経済的な負担の軽減を図るために、令和7年4月から給食費が無償となりましたので、給食費の支払いが不要となります。

※令和7年3月までの給食費は無償化の対象外です。納め忘れがある場合は早急にお支払いください。