

12月 もりつけひょう



令和5年度
第五福田小学校

月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>たべるまえに</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 30%; text-align: right;"> <p>1</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block;"> いかの てりじょうゆかけ ひじきいり ごもくに </div> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">えのきたけ のみそしる</div> </div> <p>主食(ごはん・パン・めん)・主菜 (肉・魚・大豆)・副菜(野菜)をそろ えることが大切です。</p>				
<p>4</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;"> さわらの ゆずみそかけ れんこんの きんぴら </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">けんちん じる</div> </div> <p>給食は、元気な体を作るために いろいろな種類の食べ物を組み合わ せて作っています。</p>	<p>5</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">りんごジャム</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">かんてん サラダ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">パン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ベーコン に</div> </div> <p>給食の前にきちんと手を洗って いますか？しっかりと手洗いをして 感染症から体を守りましょう。</p>	<p>6</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">みかん</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">キムチ チャーハン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">トック</div> </div> <p>★韓国の料理★ トックは棒の形をした韓国のおも ちです。よく噛んで食べましょう。</p>	<p>7</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ちゅうかサラダ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">マーボー 豆腐</div> </div> <p>★中国の料理★ 寒い地域「四川」の料理はピリ辛 の味で体を温めてくれます。</p>	<p>8</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ぶたにくの たつたあげ はくさいの あまずあえ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">だいこんと ゆんぎくの みそしる</div> </div> <p>★地場産物を使って★ 地元の「はくさい」「しゅんぎく」を味 わって食べましょう。</p>
<p>11</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ねーぶる</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">こまつな と コーンの サラダ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">カレーの ルー</div> </div> <p>主食(ごはん・パン・めん)・主菜 (肉・魚・大豆)・副菜(野菜)をそろ えることが大切です。</p>	<p>12</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ヨーグルト</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ポテト サラダ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">パン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ビーンズ スープ</div> </div> <p>カルシウムは骨や歯を作る大切 な栄養素です。カルシウムの多い 食材を意識して食べましょう。</p>	<p>13</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ほうれんそうの おひたし</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">げんまいいり ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">すきやき</div> </div> <p>おでんは地域や家庭によって具 材や味つけが異なっています。 しっかり食べて体を温めましょう。</p>	<p>14</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">かきチーズ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">フレンチ サラダ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ソフトめん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ミートソース</div> </div> <p>食べ物は、体の中でののはたらきに よって赤・黄・緑のなかに分けら れます。</p>	<p>15</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">なます</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">だまこなべ</div> </div> <p>★秋田県の郷土料理★ ごはんをつぶして丸めた「だまこ」 が入った鍋料理です。</p>
<p>18</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">みずなの おかかあえ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">にくみそ おでん</div> </div> <p>おでんは地域や家庭によって具 材や味つけが異なっています。 しっかり食べて体を温めましょう。</p>	<p>19</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">じゃがいもの サラダ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ローストチキン</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">パン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">はくさい スープ</div> </div> <p>★クリスマスにちなんで①★ クリスマスの雰囲気を感じながら 楽しく食べましょう。</p>	<p>20</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ケチャップ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ケーキ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">うすやきたまご チキンライス</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">やさい たつぷり ポトフ</div> </div> <p>★クリスマスにちなんで②★ 世界には色々なクリスマスのケ キがあります。</p>	<p>21</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">さばの しおやき</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">かぼちゃの ほうとう</div> </div> <p>★冬至にちなんで★ 冬至にはかぼちゃを食べて、ゆず 湯に入る風習があります。</p>	<p>22</p> <div style="text-align: center;"> <p>ふゆやすみ もげんきに すごそう!</p> </div> <p style="text-align: center; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">2学期終業式</p>