

# こんだて通信



令和 7年 12月 8日 (月)

## 献立・使用器具

- 親子丼  
ごはん ..... しゃもじ2  
      具 ..... おたま
- 変わりきんぴら ..... ギザ玉
- みそ汁 ..... 大おたま
- 牛乳

## 配膳図・目安量



献立ひとくちメモ



## \* 食事＋運動＋睡眠＋手洗いうがいでかぜ予防 \*



かぜを予防するために重要なのが、**栄養バランスのよい食事**をとること、**適度な運動**をして体をきたえておくこと、**十分な睡眠**をとって休養することです。



# こんだて通信



令和 7年 12月 9日 (火)

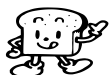
## 献立・使用器具

- ・ビスキュイパン . . . . . 手袋
- ・レンズ豆のシチュー . . . . . 大おたま
- ・カリカリじゃこサラダ . . . . . ギザ玉
- ・牛乳

## 配膳図・目安量



献立ひとくちメモ



## \*ビスキュイパン\*



ビスキュイパンは、ビスケットの生地をのせて焼いたでパンす。  
バター、砂糖、たまご、小麦粉、アーモンド粉でビスケット生地を  
作り、パンの上に1つずついねいにのせて焼きました。



生地の材料  
バター・砂糖・たまご・小  
麦粉・アーモンド粉



材料をまぜ合わせて  
できたビスケット生地



パンにのせて焼きます！  
おいしくできますように…  
♪

# こんだて通信



令和 7年 12月 11日 (木)

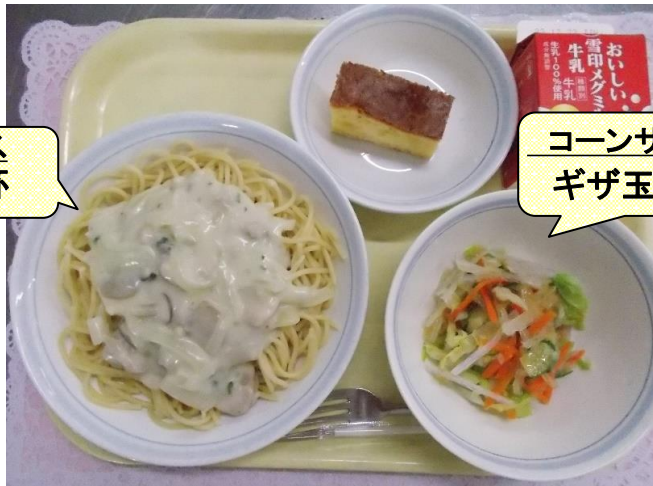
## 献立・使用器具

- ・スパゲティトマトソース
  - { スパゲティ . . . . . トング 2本
  - { トマトソース . . . . . 大おたま
- ・人参ドレッシングサラダ . . . . . ギザ玉
- ・りんごケーキ . . . . . トング
- ・牛乳

## 配膳図・目安量

みそミートソース  
大おたま 1杯

コーンサラダ  
ギザ玉 1杯



献立ひとくちメモ



## ♪12月バースデー給食♪

12月のお誕生日のみなさん、おめでとうございます♪  
手作りのバースデーデザートをいただき、お祝いしましょう！



今月のバースデー給食は、季節のデザートりんごケーキを作りました。りんごは、おなかの調子を整えてくれるペクチンが多く含まれています。



# こんだて通信

保給委員ファイル提出日

令和 7年 12月 12日 (金)

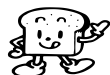
## 献立・使用器具

- |         |       |       |
|---------|-------|-------|
| ・カレーライス | ..... | しゃもじ2 |
| ・ライス    | ..... | 大おたま  |
| ・カレー    | ..... | ギザ玉   |
| ・わかめサラダ | ..... | 手袋    |
| ・みかん    | ..... |       |
| ・牛乳     | ..... |       |

## 配膳図・目安量



献立ひとくちメモ



## \* 白衣の持ち帰りをお願いします \*



当番の人は、白衣の持ち帰りをお願いします。  
来週 **15日(月)** に忘れずに持ってきてください。

\* 来週の給食当番の人は、マスクを忘れずに持ってきてください。