

★きゅうしょくメモ★



きゅうしょくさいしゅうび

## 給食最終日



葛城市学校給食センター

12月19日(金)

きょう こんだて こめ こ ギゆうにゆう ふう どうにゆう  
今日の献立は、【米粉パン・牛乳・チーズ風ソースインハンバーグ・イタリアンサラダ・豆乳コーンスープ・  
クリスマスデザート】です! きょう すこ はや こんだて ふう しん  
今日は少し早いクリスマス献立です。チーズ風ソースインハンバーグは新メニューで、チーズを使わずにつくったチーズ風のソースが入っています。できるだけみんなでおなじメニューを食べられるように、コーンスープとクリスマスデザートもたまごや乳製品、小麦を使わずに作りました! みんなで楽しく食べてくださいね♪

あっという間に今日で2学期の給食も終わりです。

ふゆやす しょくせいかつ き つ げんき がっき むか  
冬休みも食生活に気を付けて、元気に3学期を迎えましょう!

う! 3学期の給食もお楽しみに😊

ふゆ やす しょく せい かつ 10のポイント

|                              |                                 |                                  |                                 |
|------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| <b>た</b> (食) べすぎに気をつけよう<br>  | <b>の</b> (飲) み物は甘くないものを選ぼう<br>  | <b>し</b> っかり手を洗ってから食事をしよう<br>    | <b>い</b> ち(1)日3食、規則正しく食べよう<br>  |
| <b>ふ</b> ゆ(冬)が旬の食べ物をとろう<br>  | <b>ゆ</b> っくりよくかんで食べよう<br>       | <b>や</b> さい(野菜)をたっぷり食べよう<br>     | <b>す</b> ずんで、おうちの人のお手伝いをしよう<br> |
| <b>み</b> ンなで食卓を囲む機会をつくろう<br> | <b>を</b> (お) やつは時間と量を決めてとろう<br> | —以上のことを心がけて、楽しい冬休みをお過ごしください。<br> |                                 |