






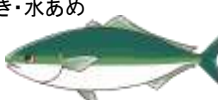









1月のよていこんだて

★牛乳は、毎日200mL つきます。
★給食で使用する主な食材を載せています。(/ は献立の区切りです。)
★果物などの使用食材は、収穫状況等により変更する場合があります。

月(げつ)		火(か)		水(すい)		木(もく)		金(きん)	
じん じつ せつ く 人日の節句 (1/7)					かがみびら 鏡開き (1/11)				
 ななくさ 七草がゆ しゅるい わかな い 7種類の若菜を入れた おかゆを食べ、 ねん けんこう ねが 1年の健康を願う。					 しる こ お汁粉 としがみさま そな 年神様へ供えてあった かがみ ちい わ 鏡もちを小さく割り、 しる こ そうに い お汁粉やお雑煮に入れて た いちねん しあわ ねが 食べ、一年の幸せを願う。				
					 15日 てりやきいかバーガー コーンクリームスープ あさりの スパゲティサラダ		 16日 ごはん 治部煮(じぶに) ぶりカツ のりのつくだに		
 牛にゆうたつぷりの 白いシチューではなく、 デミグラスソースでにこんだ 茶色のシチューです。					 横割バンズパン・いかバーグ (いか・たら・玉ねぎ)・油/玉 ねぎ・クリームコーン・コーン・ にんじん・ベーコン・牛乳・豆 乳・スキムミルク・チーズ・小 麦粉・バター・油/スパゲティ・ あさり・きゅうり・にんじん		 しぎょうしき 始 業 式 にっぽんあじ 日本味めぐり(石川)		
19日 きつねうどん チーズポテト くだもの 		20日 とうふ入りカレーピラフ たらフライ フルーツヨーグルトあえ		21日 わかめごはん しらたま 白玉そうに おろし ハンバーグ 		22日 ロールパン ポークシチュー (ブラウンシチュー) こまつなサラダ くだもの		23日 ごはん とうふとえびの チリソース煮 ぎょうざ おひたし	
ゆでうどん・油あげ・ほうれん 草・ねぎ・たまねぎ・かまぼこ・ しいたけ/じゃがいも・チーズ・ 牛乳・さとう・バター・スキムミ ルク(『天草(あまくさ)』などの かんきつ類) 		はいが米・大麦・玉ねぎ・とう ふ・にんじん・マッシュルー ム・ベーコン・バター/すけとう だらフライ・油/かんづめ(み かん・パイン・もも・なし・夏み かん)・ヨーグルト 		はいが米・大麦・わかめ・ごま /白玉団子・とり肉・にんじん・ 大根・こまつな・えのきたけ・ かまぼこ/ハンバーグ(牛肉・ 玉ねぎ・ぶた肉)・油・大根 しょうがつ いわ こんだて お正月お祝い献立 		ロールパン/玉ねぎ・じゃがい も・にんじん・ぶた肉・トマト・さ やいんげん・セロリ・小麦粉・ 油/こまつな・はるさめ・ハム・ ひじき/(パインかんづめ)		ごはん/とうふ・えび・ねぎ・に んじん・しいたけ・小麦粉・油・ ぎょうざ(ぶた肉・野菜・とり 肉)・油/もやし・こまつな・か つおぶし	
26日 しょうゆラーメン だいがくいも くだもの 		27日 ほうれんそうピラフ だいず入り カレーコロッケ くだもの		28日 ぶたすきどん みそしる ししゃものからあげ		29日 くろコッパン あさりのチャウダー たこやき風てんぷら くだもの 		30日 カレーライス たたききゅうり	
ゆでラーメン・もやし・ぶた肉・ 玉ねぎ・ほうれん草・ねぎ・メン マ・にんじん・かまぼこ・くわ いかめ/さつまいも・油・水あめ/ (デコポンなどのかんきつ類)		はいが米・大麦・玉ねぎ・ほう れん草・にんじん・コーン・ペ ーコン・バター/コロッケ(じゃ がいも・大豆)・油/(もものか んづめ)		ごはん・玉ねぎ・しらたき・ぶ た肉・ほうれん草・たけのこ・ たまねぎ/こうやどうふ・わか め・ねぎ・みそ/子持ちカラフト ししゃも・小麦粉・油		黒コッパン/玉ねぎ・じゃがい も・あさり・にんじん・ベーコン・牛 乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・ 小麦粉・バター・油/とうふ入りか まぼこ・小麦粉・卵・油/(りんご)		ごはん・玉ねぎ・じゃがいも・ にんじん・ぶた肉・セロリ・りん ご・小麦粉・油・カレールウ/き ゅうり	

