

1月の予定献立

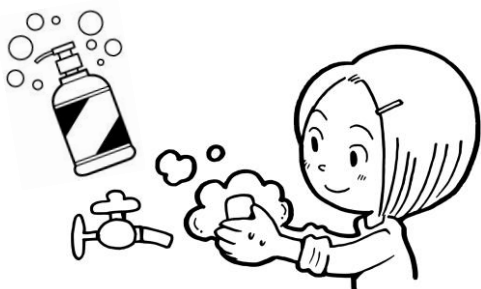
牛乳200ccが毎日つきます。

陵北中

月	火	水	木	金
<p>○札幌産のお米を使用します 1月に使用するお米(陵北中で炊くご飯)は札幌産です。 品種は「ななつぼし」です。(南区 簾舞・藤野地区、北区 茨戸地区他)</p>  <p>○天草(あまくさ) 「清見タンゴール」と「興津早生みかん」をかけ合わせた品種に、「ページオレンジ」を交配して生まれた品種です。果皮が薄く、果肉が柔らかくてとてもジューシー。酸味が少なく、甘味が強いです。内皮も薄いので、みかんのように皮をむくことが難しく、ナイフでカットして食べるのが一般的です。 *1/22(金)に使用予定！お楽しみに！</p> 				<p>15</p> 
<p>18 道産和牛使用 牛めし 味噌汁 秋鮭フライ</p>	<p>19 ごはん 豆腐の中華煮 ひじき春巻 しょうが和え</p>	<p>20 黒コッパン ミートパスタグラタン 小松菜と ベーコンのサラダ パインの缶詰</p>	<p>21 わかめごはん 味噌けんちん汁 いわしのかりかりフライ</p>	<p>22 たぬきうどん チーズポテト 天草</p>
<p>胚芽精米 大麦 道産和牛 生姜 ごぼう 人参 しらたき たけのこ たもぎたけ 干しいたけ グリンピース 油/厚揚げ 小松菜/秋鮭フライ (無償提供) 油</p>	<p>豆腐 豚肉 えび 人参 玉ねぎ たけのこ たもぎたけ 干しいたけ きくらげ 生姜 にんにく 油 ごま油 でん粉/ひじき春巻 油/小松菜 もやし 生姜</p>	<p>マカロニ 豚肉 生姜 にんにく 玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリー 油 小麦粉 パター チーズ トマト缶 ミックスチーズ 粉チーズ パン粉 バセリ/ベーコン 小松菜 もやし 油 白ごま/パイン缶</p>	<p>胚芽精米 大麦 炊き込みわかめ 白ごま/鶏肉 豆腐 つきこんやく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ 油/いわしのかりかりフライ 油</p>	<p>あさり さくらえび かたくちいわし 人参 春菊 ごぼう 切り干し大根 ひじき 小麦粉 卵 油 鶏肉 つと ほうれん草 長ねぎ たもぎたけ 干しいたけ/じゃがいも パター チーズ スkimミルク 牛乳/天草</p>
<p>25 ごぼうピラフ 野菜コロツケ フルーツサワー</p>	<p>26 豆とひき肉のカレー 厚揚げサラダ</p>	<p>27 ツイストパン ポーククリームシチュー あさりの スパゲッティサラダ みかん</p>	<p>28 ごはん 肉みそおでん 揚げぎょうざ 小魚の佃煮</p>	<p>29 パスタ クリームソース サイコロサラダ 温州みかんゼリー</p>
<p>胚芽精米 大麦 パター ベーコン ごぼう 玉ねぎ 人参 にんにく ホールコーン バセリ 油/野菜コロツケ 油/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶 なつみかん缶 ヨーグルト</p>	<p>牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 セロリー 生姜 にんにく いんげんまめ バセリ レーズン 油 小麦粉 トマト缶/厚揚げ 生姜 でん粉 小麦粉 油 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま</p>	<p>豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 バセリ 小麦粉 パター 油 牛乳 豆乳 チーズ スkimミルク/あさり 生姜 きゅうり キャベツ 人参 ごま油 白ごま/みかん</p>	<p>ひじき入りさつま揚げ 豆腐 入りかまぼこ うずら卵 ひじき入りがんも こんにやく 人参 大根 ふき水煮 昆布 鶏肉 白ごま/Fe ちゃんぎょうざ 油/かたくちいわし 刻み昆布 水あめ 白ごま</p>	<p>ベーコン 小松菜 玉ねぎ たもぎたけ 小麦粉 パター 油 チーズ 牛乳 スkimミルク 豆乳/ハム 人参 きゅうり ホールコーン ごま油/温州みかんゼリー</p>

*果物は気候や価格の変動により変更になることもありますので、果物のアレルギーのある人は気をつけて食べるようにしましょう。

作る前に！
食べる前に！



「ノロウイルス」による感染症や食中毒は年間を通して見られ、1～3月がピークを迎える傾向にあります。ノロウイルスの感染力は強く、食品を通じてだけではなく、手指や嘔吐物、便等を介しての感染事例も多く見られます。食事を作る人はもちろん、準備をする人も、食べる人も事前に**手を石けんでしっかり洗うことが、一番の予防策**になります。

引き続き手洗いの徹底を心がけましょう！