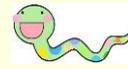




1月のきゅうしょく



1月のもくひょう



給食のことをよくしろう

10日(金)



【正月料理】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・雑煮
- ・ぶりの照り焼き
- ・黒豆の甘露

14日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・根菜と豆腐
- ・厚揚げとキャベツの味噌マヨ炒め

15日(水)



- ・減量米飯
- ・牛乳
- ・すずしるなめし
- ・肉うどん
- ・ししゃもフライ

16日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・かぶのポトフ
- ・ツツマリネ
- ・手作りみかんゼリー

17日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・おでん
- ・白菜と春菊のごま和え
- ・じゃこの佃煮

20日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ドライカレー
- ・じゃがいものスープ
- ・ゆずゼリー

21日(火)



- ・牛乳
- ・チャーハン
- ・白花豆ころも
- ・小松菜のソテー
- ・ミルク

22日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・冬野菜のどろみ汁
- ・サバの味噌煮
- ・白菜の煮浸し

23日(木)



- ・バーガーパン
- ・牛乳
- ・ハンバーグ
- ・大根のポタージュ
- ・フロッキーのサラダ

24日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚汁
- ・くじらのノルウェー風
- ・ハリハリ漬け

27日(月)



【郷土料理：大阪】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・河内のっぺ
- ・たこ焼き
- ・手作りしそぶじきふりかけ

28日(火)



- ・揚げパン
- ・牛乳
- ・オムレツ
- ・スープ煮

29日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・冬野菜たっぷり豆乳シチュー
- ・小松菜とれんこんとツナのマヨネーズ和え
- ・春菊の揚げ焼きぎょうざ

30日(木)



- ・レーズンパン
- ・牛乳
- ・ポークビーンズ
- ・大根とササミのサラダ
- ・塩スイートアーモンド

31日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・冬野菜カレー
- ・ほうれん草とツナのサラダ

