



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

11日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・ワインナーピーズ
- ・ほうれん草とツナのサラダ
- ・ももの缶詰

12日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・雑煮
- ・ぶりの照り焼き
- ・黒豆の甘煮

15日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・冬野菜カレー
- ・大根とササミのサラダ
- ・ヨーグルト

16日(火)



- ・牛乳
- ・チャーハン
- ・えびカツ
- ・小松菜のソテー

17日(水)



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

18日(木)



- ・レーズンパン
- ・牛乳
- ・かぶのポトフ
- ・ツナのマリネ
- ・手作りみかんゼリー

19日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・冬野菜のどろみ汁
- ・鯖の味噌煮
- ・白菜の煮びたし
- ・味つけのり

22日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・根菜丼
- ・厚揚げとキャベツのみそマヨ炒め

23日(火)



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

24日(水)



- ・減量米飯
- ・牛乳
- ・肉うどん
- ・小いわし天ぷら
- ・すすしろ菜飯

25日(木)



- ・揚げパン
- ・牛乳
- ・スープ煮
- ・オムレツ

26日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・河内のっぺ
- ・焼き魚(鮭)
- ・手作りのじきふりかけ

29日(月)



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

30日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ほっこり温まるみそチャウダー
- ・しょうがで体も心もほかほか!
とりもも肉の塩梅田揚げ
- ・八尾産小松菜たっぷりの
カレー風味彩りサラダ
【献立】ワタ最優秀献立

31日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・八宝菜
- ・シューマイ
- ・手作りの黒糖アーモンド

