

1

月の献立



通常食

対応食

10日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・一口カツ
- ・キャベツとツナの炒め物
- ・ヨーグルト
- (ぶどうゼリー)

11日(木)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・厚揚げのキムチ煮
- ・わかさぎのフリッター
- ・手作り黒糖大豆
- ・白菜とほうれん草のナムル

12日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ぶりの照り焼き
- ・小松菜のおかか和え
- ・鶏ごぼろ
- ・栗きんとん
- ・雑煮

【お正月献立】

15日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・肉じゃが
- ・ちくわとれんごんの炒り煮
- ・天ぷらななめしの炒め物
- ・かぶの和え物

16日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・焼きそば
- ・春巻き
- ・小松菜と鶏肉の炒め物
- ・みそ汁

通常食

対応食

17日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ハンバーグ
- ・ポークハース
- ・ジャーマンポテト
- ・いんげんといかのソテー
- (いかり焼き→豚肉追加)
- ・キャベツのマリネ

18日(木)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・まぐろカツ
- ・湯豆腐
- ・根菜平つくね
- ・おからの煮物
- ・白菜の香味和え

19日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・おでん
- (さずら餅焼き→一口天ぷら追加)
- ・ちくわの磯辺揚げ
- ・チンゲンサイと豚肉の炒め物
- ・きゅうりとわかめ酢の物の物

22日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ささみチーズフライ
- (チーズ焼き)
- ・パピルスパゲティ
- ・大根の洋風煮
- ・コンニチキ
- ・ブロッコリーの和え物

23日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・肉団子の甘酢炒め
- ・じゃがいもの中華炒め
- ・キャベツと豚のソテー
- (餅焼き→ベーコン追加)
- ・わかめスープ

通常食

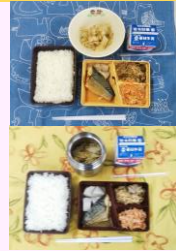
対応食

24日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カリフラワーのクリームシチュー
- (乳抜き→アレルギー対応ホワイトル使用)
- ・焼きウインナー
- ・きのこソテー
- ・マカロニサラダ

25日(木)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・さばの味噌だれかけ
- ・里芋の煮物
- ・豚肉と切り干し大根の炒め物
- ・人参のたらこ和え
- ・白菜の梅おかか和え

26日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏肉のおろしソースかけ
- ・厚揚げの炒め物
- ・チンゲンサイの蒸し
- ・すまし汁

29日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ハッシュドポーク
- ・ポテトのマスタード風味
- ・キャベツとウインナーのソテー
- ・ミックスフルーツゼリー

30日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・マーボー豆腐
- ・しゅうまい
- ・大学芋
- ・ほうれん草のサラダ

31日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ミートスパゲティ
- (チーズ抜き)
- ・マーマレードチキン
- (バター抜き)
- ・小松菜とツナのソテー
- ・キャロットラペ
- ・しそかつおぶりかけ

通常食

対応食

1月の献立から



12日(金) お正月献立

- ・ぶりの照り焼き
- ・小松菜のおかか和え
- ・雑煮
- ・鶏ごぼろ
- ・栗きんとん

【ぶりの照り焼き】

ぶりとは、大きくなるにつれ、ツバス、ハマチ、メジロ、ブリと名前が変わります。このように成長とともに名前が変わる魚を「出世魚」と言います。将来出世できるようにと願いが込められています。



【栗きんとん】

きんとん(金団)には、財宝などの意味があります。金運への願いが込められています。



【雑煮】

東日本は主に角もち、西日本は主に丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど味つけも地域で変わります。給食は、みそ仕立てです。

