

月

火

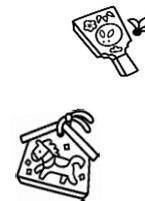
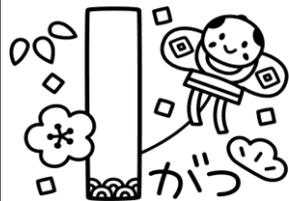
水

木

金

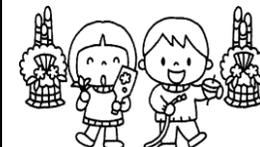
土

給食だより



お正月

1月は、天も地も人々もゆったりとなごみ、仲睦まじく過ごす月(睦月)といわれています。家族で新年を迎えられた喜びを分かち合い、新たな気持ちで1年を始めましょう。



4	牛乳、せんべい おかめうどん 伊達巻き 黒豆 三色なます 田作り いちご 牛乳、レモンラスク
---	---

5	豆乳、小魚せんべい 和風チャーハン 白菜ナムル りんご ワンタンスープ 牛乳、ザクザククッキー
---	--

6	牛乳、ビスケット ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ いちご 味噌汁(青梗菜、生揚げ) 牛乳、ピーファン汁麵
---	---

7	豆乳、塩せんべい 食パン(ジャム) ホワイトシチュー グリーンサラダ オレンジ 小魚 麦茶、七草粥、スルメ
---	---

8	牛乳、クッキー ご飯 竹輪の磯部揚げ ブロッコリーの和え物 ミニトマト みかん 切り干し大根の味噌汁 牛乳、干し芋、いちご
---	--

9	牛乳、カルシウムせんべい 海老のあんかけご飯 カリフラワーサラダ りんご 中華風コンスープ 牛乳、バナナスコーン
---	---

11	成人の日
----	------

12	豆乳、ビスケット 醤油ラーメン メンチカツ きゅうり漬け バナナ 小魚 牛乳、もちもちドーナツ
----	---

13	牛乳、カルシウムせんべい ふりかけご飯 和風卵焼き きんぴら蓮根 ミニトマト みかん 小松菜の豆乳味噌汁 牛乳、マカロニソテー
----	--

14	豆乳、クッキー バターロール 鶏の照り焼きチーズ 白菜とハムのサラダ いちご ほうれん草とコーンのスープ 牛乳、茶飯おほかご飯、スルメ
----	---

15	牛乳、せんべい ご飯 魚の梅肉焼き 野菜とトマトの和え物 りんご 味噌汁(さつま芋、玉葱) 牛乳、胡麻トースト
----	---

16	牛乳、小魚せんべい カレースパゲティ キャロットサラダ オレンジ 大根スープ 牛乳、プクプクせんべい
----	---

七草粥

七草粥は1月7日の人日(じんじつ)の節句に食べます。昔は、1月6日を年取りと言って7日を折日として新しい年が始まると考えていたため、この日に、“1年間、外敵が来ないように”と祈っていたそうです。最近では、正月のご馳走に疲れた胃を休めるために七草粥を食べるといわれていますが、昔の人は胃を休めるということよりも、魔除けを願う気持ちのほうが強かったようです。

18	牛乳、塩せんべい 焼き鳥丼 青梗菜のおかか和え オレンジ 味噌汁(キャベツ、油揚げ) 牛乳、すいとん汁
----	--

19	豆乳、ビスケット スパゲティミートソース マリネサラダ バナナ かぶとホタテのミルクスープ 麦茶、きんぴらご飯、スルメ
----	--

20	牛乳、カルシウムせんべい 豚肉とひじきの炊き込みご飯 ウインナー ほうれん草の海苔和え りんご 味噌汁(なめこ、葱) 牛乳、焼きうどん
----	---

21	豆乳、小魚せんべい バターロール ハンバーグ(デミグラスソース風) スイートポテトサラダ 千切りレタス いちご ミネストローネ 牛乳、お楽しみケーキ
----	---

22	牛乳、せんべい ご飯 魚の味噌焼き 小松菜のピーナツ和え ミニトマト みかん のっぺい汁 牛乳、ちんすこう
----	--

23	牛乳、クッキー 豚肉と舞茸の混ぜご飯 もやしの甘酢和え りんご 高野豆腐の味噌汁 牛乳、醤油焼きおにぎり
----	---

25	牛乳、ビスケット わかめご飯 ぶり大根 ブロッコリーの白和え ミニトマト みかん 牛肉と白菜の味噌汁 牛乳、マシュマロおこし
----	---

26	豆乳、小魚せんべい 焼そば バンバンジーサラダ バナナ オイスタースープ 牛乳、米粉蒸しパン
----	---

27	牛乳、塩せんべい ハヤシライス ヨーグルトサラダ オレンジ 小魚 牛乳、おでん
----	--

28	豆乳、クッキー バターロール 鶏のから揚げ(甘酢あん) 水菜フレンチサラダ いちご かぼちゃスープ 牛乳、そぼろご飯おにぎり スルメ
----	---

29	牛乳、カルシウムせんべい ご飯 野菜のうま煮 きゅうりとわかめの酢の物 りんご 味噌汁(お麩、玉葱) 牛乳、長ネギのお好み焼き
----	---

30	牛乳、せんべい ポークチャップライス レタスサラダ みかん オニオンスープ 牛乳、クラッカーサンド
----	--



※ 都合により献立が変更になる場合があります。