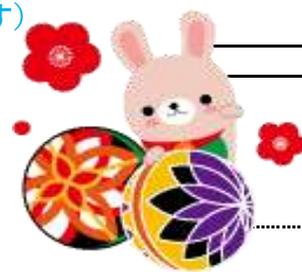




月	火	水	木	金	土
2023.01.02	2023.01.03	2023.01.04	2023.01.05	2023.01.06	2023.01.07
休園日	休園日	梅おかかごはん 味噌汁(大根・玉ねぎ) 魚の昆布蒸し ブロッコリー醤油麴胡麻和え 黒豆煮物 お誕生日ケーキ	ごはん 味噌汁(レタス・人参・豆腐) 鶏のカレー醤油煮 かぼちゃのそぼろ煮 果物 きな粉ヨーグルト レーズン	ごはん 七草豆腐スープ 魚の煮つけ キャベツおかか和え しらす海苔納豆 お誕生日ケーキ	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ほん煎餅 ちりめんじゃこ
2023.01.09	2023.01.10	2023.01.11	2023.01.12	2023.01.13	2023.01.14
休園日	ごはん 味噌汁(ほうれん草・しめじ・ごま) 魚の塩麴焼き ちくぜんに 大豆の甘辛揚げ焼き ウィンナーとザワークラウト炒め	ごはん ザワークラウトスープ 豆腐ハンバーグ しらす 果物 抹茶のメープルごま絡め 南部せんべい	豚とキャベツのオムレツ煮 味噌汁(じゃが芋・わかめ) かぼちゃ胡麻和え 蒸し豆じゃこ和え ふかし芋	梅おかかごはん 雷汁 魚の塩焼き ブロッコリーと人参のごま和え 金時豆 玄米ほん煎餅 果物	ごはん 具だくさん豚汁 しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2023.01.16	2023.01.17	2023.01.18	2023.01.19	2023.01.20	2023.01.21
ごはん 味噌汁(小松菜・玉ねぎ・ごま) 魚のソテー味噌ソース きゅうりミニトマトナムル わかめ納豆 ごぼうとチーズのかさね焼き 玄米ほん煎餅	梅おかかごはん 味噌汁(あおさ・じゃが芋) 豆腐と鶏肉味噌煮 ほうれん草もやし胡麻和え トマト バナナヨーグルト	ごはん 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ・ごぼう) 魚の醤油麴焼き 人参と大豆の味噌炒め しらす 寒天人参オレンジゼリー 玄米おかき	ごはん 味噌汁(大根・油揚げ・わかめ) 魚チャンチャン焼き きゅうりスティック 金時豆 りんご入り芋きんとん ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁(豆腐・わかめ) 大豆ことことトマト キャベツのかつお煮 *ツナコーンパン よもぎ米粉クッキー	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 焼塩せんべい
2023.01.23	2023.01.24	2023.01.25	2023.01.26	2023.01.27	2023.01.28
梅おかかごはん 味噌汁(ほうれん草・人参・ごま) 魚のゴマ味噌がけ 人参しりしり 果物 サラダチキン きゅうりスティック	ごはん 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 鶏と大根オムレツ筑前煮 もずくときゅうりの酢の物 コーン納豆 焼塩せんべい	ごはん 春雨スープ 魚のしょうが煮 ウィンナーと人参のきんぴら 白菜の梅おかか漬け きつねうどん	ごはん 味噌汁(もずく・えのき) 豆腐の豚肉巻き ほうれん草おひたし 果物 お誕生日ケーキ	ごはん 味噌汁(豆腐・あおさ) 塩麴ニラレバ しらすとよもぎの粉ふき芋 果物 お誕生日ケーキ	ごはん 具だくさん豚汁 しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2023.01.30	2023.01.31	<p><今月の予定></p> <p>1/13 (金) 食育の日「魚」</p> <p>…鯛一尾をみんなで観察した後、塩焼きにして給食でいただきます。</p> <p>(魚の入荷状況で魚の種類が変更になる可能性があります)</p> <p>1/20 (金) お料理の日「*ツナコーンパン」</p> <p>…ホットケーキミックスをつかった生地で作ります。</p> <p>こねたり丸めたり、生地の感触を楽しみます</p>			
ごはん 味噌汁(小松菜・豆腐) 鶏のさっぱり煮 きんぴらごぼう 大豆のカレー炒め よもぎ蒸しパン	梅おかかごはん 味噌汁(キャベツ・えのき) 魚のカレーニエル 蒸し豆ベーコン 青のり粉ふき芋 みかんヨーグルト 干し柿				



*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。