

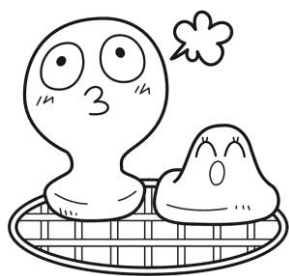
1月のきゅうしょくこんだて予定表

(平成27年度)
(調理場)

日 曜日	献立名	おもに 血や肉・骨になるもの	おもに 体の調子を整えるもの	おもに 熱や力になるもの	その他	(kg/Bq)セシ ウム134・ 137
8 (金)	あおなごはん、ぎゅうにゅう あぶらあげのほうろくやき ごもくいため かぶのみそしる	ぎゅうにゅう あぶらあげ、みそ ぶたにく	ねぎ、キャベツ、にんじん にら、しょうが、ほししいたけ かぶ、はくさい、だいこんは	ごはん さとう、ごま マロニー、ごまあぶら じゃがいも	みりん、しょうゆ 酒、かつおぶし	ND
12 (火)	かやくごはん、ぎゅうにゅう キャベツとわかめのサラダ じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう とりにく、あぶらあげ あおだいず、わかめ みそ	にんじん、ほししいたけ、ごぼう キャベツ、もやし、だいこん こまつな	ごはん あぶら、さとう ごま じゃがいも	しょうゆ、酒 塩、だしの素 酢、かつおぶし	
13 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう ぶりのてりやき じゃがいものにも キャベツのみそしる	ぎゅうにゅう ぶり とうふ、みそ	しょうが、にんじん、ごぼう えだまめ、ほししいたけ キャベツ、たまねぎ	ごはん じゃがいも、こんにゃく、あぶら さとう	しょうゆ、みりん 酒、だしの素 かつおぶし	
14 (木)	こくとうパン、ぎゅうにゅう ウインナーとやさいのソテー はくさいのクリームに デザート	ぎゅうにゅう ウインナー だいず	キャベツ、ピーマン はくさい、たまねぎ、にんじん	こくとうパン オリーブオイル じゃがいも、マカロニ、バター こむぎこ、ピーチゼリー	塩、コショウ スープストック	
15 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ポークカレー キャベツサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、しょうが にんにく、キャベツ、だいこん きゅうり	ごはん じゃがいも、オリーブオイル とうもろこし	カレーフレーク ケチャップ 塩、コショウ ソース、酢	
18 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう エビフライ ちゅうかサラダ こまつなのみそしる	ぎゅうにゅう エビ とうふ、みそ	キャベツ、きゅうり、にんじん こまつな	ごはん こむぎこ、パンこ、あぶら マロニー、ごま、ごまあぶら さとう、じゃがいも	ソース、酢 しょうゆ かつおぶし	
19 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう タンメンのスープ あげじゃがあんかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく、あおだいず、みそ	キャベツ、もやし、にんじん にら、ほししいたけ、たまねぎ しょうが	ちゅうかめん ごまあぶら、かたくりこ じゃがいも、あぶら、さとう	しょうゆ、酒 塩、コショウ 中華スープの素	
20 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう さばのみそに やさしいため けんちんじる	ぎゅうにゅう さば、みそ とうふ	しょうが、キャベツ、たまねぎ もやし、だいこん、にんじん ねぎ、ごぼう、ほししいたけ	ごはん さとう とうもろこし、ごまあぶら じゃがいも、こんにゃく	みりん、酒 塩、コショウ しょうゆ かつおぶし	
21 (木)	コッペパン、ぎゅうにゅう、ジャム タンドリーチキン おんやさいのバターソテー コンソメスープ	ぎゅうにゅう とりにく、ヨーグルト ウインナー	しょうが、たまねぎ、にんじん キャベツ、かぶ、パセリ	コッペパン、りんごジャム じゃがいも、バター	ケチャップ、ソース しょうゆ、カレー粉 スープストック 塩、コショウ	
22 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう なっとう ごまふうみサラダ おでん	ぎゅうにゅう なっとう さつまあげ、ちくわ、こんぶ がんもどき、ミックスポール	キャベツ、もやし、にんじん だいこん	ごはん ごま、ごまあぶら、さとう こんにゃく	酢、しょうゆ 酒、みりん かつおぶし	
25 (月)	☆学校給食週間献立☆ ごはん、ぎゅうにゅう やきざかな ほうれんそうのごまあえ すいとんじる	ぎゅうにゅう さけ とりにく、みそ	ほうれんそう、キャベツ、にんじん はくさい、だいこん、ねぎ ごぼう	ごはん ごま、さとう すいとん	しょうゆ かつおぶし	
26 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう もやしにくみそラーメンのスープ ひきなもち くだもの	ぎゅうにゅう ぶたにく、みそ とりにく、しみどうふ	もやし、はくさい、たまねぎ にんじん、しょうが、ほししいたけ だいこん、ほししいたけ ボンカン	ちゅうかめん さとう、かたくりこ、あぶら しらたまもち	酒、みりん しょうゆ 七味唐辛子 中華スープの素	
27 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのてりやき わふうサラダ こづゆ	ぎゅうにゅう とりにく ほたてのかいばしら	しょうが、キャベツ、もやし にんじん、えだまめ、きくらげ ほししいたけ、さやえんどう	ごはん あぶら、さとう しらたき、さといも、ふ	しょうゆ、みりん 酒、酢、塩 だしの素 かつおぶし	
28 (木)	しよくパン、ぎゅうにゅう ぎゅうにくのトマトソースに ポテトスープ ヨーグルトあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ヨーグルト	たまねぎ、ピーマン、キャベツ にんじん、パセリ モモ、みかん	しよくパン オリーブオイル じゃがいも	ソース、ケチャップ スープストック 塩、コショウ	
29 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう グルメンチ だいこんサラダ わかめのみそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく、ぎゅうにく、たまご わかめ、とうふ、みそ	だいこん、キャベツ、にんじん ピーマン、たまねぎ	ごはん あぶら、こむぎこ、パンこ とうもろこし、オリーブオイル さとう、じゃがいも	酢、塩、コショウ ナツメグ かつおぶし チンジャオロースの素	

* 三春町の米(コシヒカリ)

* 材料の都合により、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。



給食だより 1月

