

1月 献立表 (こんだてひょう)

※【お知らせ】食物アレルギー または 個別対応 が必要な食材は、太字で 表示しています。

こんだて	1/19(月)~1/22(木)		1/23(金)~1/30(金)		8 (木)	9 (金)
	きゅうしよく タイムスリップ給食		こうさまち 甲佐町のにらメニュー		ハヤシライス ハヤシライス わぎごはん	みかん はなやさいサラダ ミルクパン ななくさうどん
あか	むかし きゅうしよく さいげん 昔の給食を再現したメニューを出します。		こうさまち つか 甲佐町のにらを使ったメニューを出します。		ぎゅうにゅう とりにく だいず こめ わぎ さつまいも こむぎこ バター あぶら オリーブオイル たまねぎ だいこん にんじん しめじ マッシュルーム こまつな にんにく しょうが きゅうり ブロッコリー	ぎゅうにゅう ツナ とりにく あぶらあげ ちくわ かつおぶし・こんぶ(だし) ミルクパン うどん さとう あぶら だいこん にんじん かぶ はくさい しいたけ セリ ブロッコリー カリフラワー キャベツ きゅうり みかん
き	た 食べながら、給食の歴史について 学びましょう!		こうさまち 甲佐町のにらを紹介した 食育ビデオもあります。			
みどり						
こんだて	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	
	せいじん 成人の日	よくかんで食べましょう!	さといものカレーに	いもきんとん	ふゆやさいのソテー	
あか		ぎゅうにゅう かまぼこ とりにく かつおぶし・こんぶ(だし) ぶり するめ こめ わぎ もち さといも さとう ごま パンこ でんぶん あぶら にんじん だいこん しいたけ はくさい こまつな きゅうり	ぎゅうにゅう とりにく とうふ あぶらあげ みそ いりこ(だし) ツナ こめ わぎ さといも さとう あぶら ごま ノンエッグマヨネーズ にんじん しいたけ いんげん だいこん はくさい えのき こまつな キャベツ きゅうり	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ あずき ひじき こめ わぎ さとう でんぶん あぶら ごま さつまいも えのき にんじん はくさい だいこん ねぎ しょうが きゅうり ほうれんそう もやし パイン	ぎゅうにゅう あさり とりにく ベーコン スキムミルク いりこ パン さといも バター こむぎこ あぶら アーモンド カシューナッツ にんじん だいこん たまねぎ コーン マッシュルーム チンゲンサイ にんにく ほうれんそう しめじ きりぼしだいこん	
き	タイムスリップ給食 ① 明治22年	タイムスリップ給食 ② 昭和30年代	タイムスリップ給食 ③ 昭和40年代	タイムスリップ給食 ④ 昭和50年代	甲佐町のにらメニュー①	
みどり						
こんだて	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	
	セルフおにぎり のり やししゃも たくあん ごはん だごじる	くじらのメンチカツ ごまあえ わぎごはん ぶたじる	れんこんチップス サラダ コッペパン ナポリタン	カレーライス チーズ マカロニ サラダ わぎごはん カレールウ	みかん げんきのでるレバー わぎごはん みぞれじる	
あか	ぎゅうにゅう のり ししゃも とりにく あぶらあげ いりこ(だし) スキムミルク みそ かつおぶし こめ しらすだま こむぎこ さといも ごま はくさい だいこん にんじん ごぼう しいたけ ねぎ たくあん	ぎゅうにゅう くじらに たまご みそ ぶたにく あぶらあげ いりこ(だし) こめ わぎ さとう あぶら パンこ さといも ごま たまねぎ しょうが にんじん ねぎ はくさい だいこん ごぼう しいたけ ほうれんそう もやし	ぎゅうにゅう ベーコン ウインナー チーズ ツナ だいず パン スパゲティ あぶら さとう ごま たまねぎ にんじん ビーマン トマト マッシュルーム にんにく れんこん キャベツ きゅうり レタス	ぎゅうにゅう とりにく ハム チーズ こめ わぎ マカロニ じゃがいも こむぎこ パター あぶら ノンエッグマヨネーズ たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース にんにく しょうが きゅうり キャベツ コーン	ぎゅうにゅう かつお・こんぶ(だし) とりにく レバー ちくわ あぶらあげ とうふ こめ わぎ さといも でんぶん あぶら さとう アーモンド にんにくにん だいこん にんじん しいたけ ねぎ みかん	
き	甲佐町のにらメニュー②	甲佐町のにらメニュー③	甲佐町のにらメニュー④	甲佐町のにらメニュー⑤	甲佐町のにらメニュー⑥	
みどり						
こんだて	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	
	セルフピピンパ ②にくいため ③ナムル ①わぎごはん ワンタンスープ	さかなの みそマヨやき わぎごはん いらたまじる	きびなごのからあげ にらの いためもの わぎごはん みそけんちんじる	あおのりいりこ ナムル わぎごはん スタミナ にらマーボ	かいそうサラダ にらのすりみあげ ココアパン にくみそビーフン	
あか	ぎゅうにゅう ぎゅうにく みそ かまぼこ こめ わぎ さとう あぶら こむぎこ ごま にんにく しょうが しいたけ にら もやし にんじん チンゲンサイ キャベツ たまねぎ きくらげ たけのこ	ぎゅうにゅう かつお・こんぶ(だし) みそ とうふ でんぶ ホキ たまご きわかめ こめ わぎ でんぶん ノンエッグマヨネーズ じゃがいも あぶら ごま たまねぎ にんじん えのき にら いんげん だいこん	ぎゅうにゅう みそ きびなご とうふ とりにく かつお・こんぶ(だし) ぶたにく こめ わぎ でんぶん あぶら さといも はるさめ ごま ごまあぶら だいこん にんじん ごぼう ねぎ しいたけ にら たまねぎ しめじ しょうが きりぼしだいこん	ぎゅうにゅう あおのり ぶたにく だいず とうふ みそ わかめ ちりめん いりこ こめ わぎ でんぶん さとう ごまあぶら ごま あぶら たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ にら たけのこ にんにく しょうが もやし チンゲンサイ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ すりみ だいず チーズ わかめ こんぶ のり いか ココアパン さとう ビーフン あぶら ごまあぶら しょうが ねぎ にんじん たまねぎ はくさい もやし にら しいたけ キャベツ きゅうり コーン	
き						
みどり						

※献立は、都合により変更することがあります。