

令和6年度 1月献立表

月		火		水		木		金		土	
6		7		8	始業式	9		10		11	
<p>3学期が始まりました。 年末年始はゆっくり休めましたか？ 1月になり、寒さも一段と厳しくなってきました。 2025年の良いスタートダッシュをきれいに、 「規則正しい生活リズム」と「バランスの良い食事」で体調を整えていきましょう◎</p>		 栄養士 津嶋		牛乳 親子丼 七草汁 即席漬け 白玉ぜんざい 		牛乳 米粉の2色揚げパン  ホワイトシチュー コーンサラダ・玉葱ドレッシング 花みかん		牛乳 ご飯 わかめスープ 酢豚  春雨サラダ ミルクプリン		この週の 予約締切日は 12月23日(月)	
13		14		15		16		17		18	
成人の日 		牛乳 ご飯 豆腐とわかめのみそ汁 メンチカツ  辛子あえ 五目きんぴら		牛乳 ご飯 ミネストローネ タンドリーチキン  蒸し野菜 海藻サラダ		牛乳 ご飯  豚汁 鮭の塩焼き おろし大根付 ごま酢あえ さつま揚げと野菜の旨煮		牛乳 ご飯 華風かきたまスープ 麻婆豆腐  パリパリサラダ フルーツポンチ		この週の 予約締切日は 12月23日(月)	
20		21		22		23		24		25	
牛乳  ご飯 白菜とハムのスープ ポークチーズロールのトマト煮 コールスローサラダ		牛乳 長崎ちゃんぽん きゅうりのピリ辛漬け 手作りカステラ 		牛乳  わかめご飯 さつま汁 魚の竜田揚げ、ごま和え 里芋と大根のそぼろ煮 りんご		牛乳 キーマカレー 野菜のスープ グリーンサラダ 		スポーツ大会 		この週の 予約締切日は 1月9日(木)	
27		28		29		30		31		1	
牛乳  鶏飯 手作りさつま揚げ 白菜のおかか和え 花みかん		牛乳  ご飯 フェイジョアータ エンパナーダ風揚げ餃子 キャベツと赤ピーマンのソテー オレンジゼリー		牛乳  ご飯 けんちん汁 魚の西京焼き 野菜のさっぱりあえ 肉豆腐		牛乳 鯨のミートソーススパゲティ キャベツと人参のスープ ひじきのサラダ りんご 		牛乳  ご飯 きりたんぼ汁 千草焼き おひたし 根菜の含め煮		この週の 予約締切日は 1月16日(木)	

都合により変更になる場合があります。メニューによって異なる場合もありますが、牛乳は必ず付きます。