

1月 給食献立表

令和6年

日	曜	主食	献立名	午後のおやつ	赤色の食品 骨・筋肉・血をつくる	黄色の食品 力と体温のもと	緑色の食品 身体の調子を整える
4	木	トマトスパゲティー	トマトスパゲティー・ベジタブルツナサラダ	ホットケーキ	ベーコン・ツナ	スパゲティー	人参・玉ねぎ・ブロッコリー・コーン
5	金	ごはん	大根と麩の味噌汁・鮭の塩焼き・野菜の胡麻和え	ココアプリン	鮭	ごま	大根・ねぎ・キャベツ・人参
6	土	味噌ラーメン	味噌ラーメン・チキンサラダ	お菓子	豚肉	ドレッシング	キャベツ・もやし・きゅうり・人参
9	火	ごはん	えのきと里芋の味噌汁・カレーのパン粉焼き・千草和え	辰マフィン	赤魚	里芋	キャベツ・もやし・人参・ほうれん草
10	水	ジャムパン	コーンスープ・えのきバーグ・サラスパサラダ	五平餅おにぎり	豚肉	マヨネーズ	玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ
11	木	ナン	キーマカレー・中華和え・フルーツヨーグルト	鏡開きパン	豚肉	じゃがいも	セロリ・人参・もやし・きゅうり
12	金	ごはん	大根とあおさの味噌汁・卵焼き・じゃこ和え	マーブルケーキ	鶏肉・鶏卵	油	大根・人参・さやいんげん・キャベツ
13	土	ケチャップライス	ポトフ・フレンチサラダ	お菓子	ウインナー	マヨネーズ・じゃがいも	ブロッコリー・キャベツ・きゅうり
15	月	ごはん	かきたまスープ・豚肉の味噌ダレ焼き・海藻サラダ	メープルマフィン	豚肉・鶏卵	ごま油	玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ
16	火	ごはん	じゃがいもとわかめの味噌汁・鶏肉の利休焼き・野菜の塩昆布和え	フルーチェ	鶏肉	じゃがいも	ねぎ・人参・玉ねぎ・キャベツ
17	水	ごはん	豆腐と舞茸の澄まし汁・鯖のごま味噌煮・野菜の磯和え	じゃこトースト	鯖・豆腐	ごま	ねぎ・人参・白菜・ほうれん草
18	木	焼肉丼	わかめスープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル	ゼリー・せんべい	豚肉	ごま・ごま油	ねぎ・玉ねぎ・人参・もやし・きゅうり
19	金	ジャムパン	オニオンベーコンスープ・タンドリーチキン・マカロニサラダ	洋風磯辺焼き	鶏肉	マヨネーズ	玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ
20	土	けんちんうどん	けんちんうどん・さっぱり和え	お菓子	豚肉	うどん・里芋	人参・ねぎ・キャベツ・ほうれん草
22	月	ごはん	えのきとわかめの味噌汁・あんかけ卵焼き・だいこんサラダ	誕生日おやつ	豚肉・鶏卵	片栗粉	ねぎ・玉ねぎ・人参・大根
23	火	ごはん	玉ねぎと油揚げの味噌汁・鶏肉の乳麩焼き・おかか和え	にらチヂミ	鶏肉	油	玉ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草
24	水	ごはん	豆腐となめこの味噌汁・アジの唐揚げ・納豆和え	スティックパイ	鮭・豆腐	油	ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草
25	木	ポークカレー	チキンカレー・春雨サラダ・フルーツヨーグルト	ゼリー・せんべい	鶏肉	じゃがいも	セロリ・人参・もやし・きゅうり
26	金	きりたんぽ	きりたんぽ・野菜のツナ和え・チーズ	手作りパン	鶏肉・ツナ	ドレッシング	せり・ねぎ・もやし・人参・きゅうり
27	土	スパゲティー	コーンクリームスパゲティー・コールスローサラダ	お菓子	ベーコン	マヨネーズ	玉ねぎ・キャベツ・人参・きゅうり
29	月	こぐまオリジナルミネラルふりかけ	豚汁・すき昆布煮・チーズ	お菓子	豚肉	じゃがいも・ごま油	人参・ねぎ・さやいんげん
30	火	ごはん	豆腐とねぎの味噌汁・肉じゃが・しらす和え	野菜スティック	豚肉・豆腐	じゃがいも	ねぎ・人参・キャベツ・ほうれん草
31	水	ごはん	ほうれん草と油揚げの味噌汁・鮭の照り焼き・野菜のなめたけ和え	あんこスコーン	鮭	油	ほうれん草・人参・キャベツ

※ 毎日デザートがつきます。給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください。