

1月の予定献立

月		火		水		木		金	
1日		2日		3日		4日		5日	
元旦		年末年始休業 		年末年始休業 		年末年始休業 		全学休講日 	
8日		9日		10日		11日		12日	
 成人の日		パン バターチキンカレー サラダ 果物 飲み物	ナン 鶏もも肉、玉葱、スナップエンドウ、赤・黄パプリカ サニーレタス、トレビス、アーモンド ※ドレッシング みかん のむヨーグルト	オンライン授業		麦ご飯 みそ汁 ホッケの塩こうじ焼き ひじきの炒め煮 デザート	精白米、押麦 白舞茸、大根菜、豆麩 ホッケの塩こうじ焼き ／付：桜大根 ひじき、突きこんにやく、人参、高野豆腐、絹さや 今川焼(カスタード)	五目あんかけ ラーメン(醤油) 春巻き フルーツ杏仁	中華麺、エビ、イカ、豚肉、白菜、青梗菜、人参、木耳、竹の子 ※酢 春巻き 杏仁豆腐、マンゴー缶、クコの実
15日《小正月メニュー》		16日		17日		18日		19日	
豚すき丼 みそ汁 のり和え おしるこ	精白米、豚肉、しめじ、白滝、玉葱、人参、白菜、万能葱 ワカメ、油揚げ、もやし ほうれん草、えのき、竹輪、のり 白玉、小豆	ご飯 スープ 麻婆豆腐 春雨サラダ 果物	精白米 竹の子、玉葱、絹さや 木綿豆腐、豚挽肉、ニラ、長葱 ※ラー油 春雨、胡瓜、リーフレタス、木耳、ロースハム ※ドレッシング バナナ	オンライン授業		鮭の三色丼 赤だしのみそ汁 煮物 果物	酢飯、鮭フレーク、ほうれん草、錦糸卵、白ごま なめこ、三つ葉 笹たけのこ、人参、椎茸、こんにやく、さつま揚げ オレンジ	ご飯 スープ 照り焼きチキン 根菜サラダ	精白米 キャベツ、インゲン、人参 鶏肉／付：ジャーマンポテト(じゃが芋、玉葱、ベーコン、コーン、ドライパセリ) ごぼう、レンコン、ひじき、枝豆、サニーレタス、白ごま
22日		23日《リクエストメニュー》		24日		25日《リクエストメニュー》		26日	
カレーうどん お浸し 果物	うどん、豚肉、油揚げ、玉葱、しめじ、人参、かまぼこ、万能葱 小松菜、えのき、かつお節 ※醤油 ゴールデンキウイ	揚げパン 具沢山スープ シーフードグラタン サラダ	コッペパン 人参、セロリ、ズッキーニ、かぶ、ベーコン 帆立、エビ、マカロニ、じゃが芋、玉葱、マッシュルーム、チーズ、パセリ ロメインレタス、水菜、ラディッシュ ※ドレッシング	オンライン授業		ガパオライス 小松菜のスープ サラダ ナタデココヨーグルト	精白米、鶏挽肉、卵、玉葱、赤パプリカ、インゲン、大豆、茄子、鷹の爪、バジル 小松菜、人参、セロリ レタス、トレビス、ミニトマト ※ドレッシング ナタデココ、黄桃缶、みかん缶、ヨーグルト	五穀ご飯 酸辣湯 豚肉ときのこのキムチ炒め かぶの中華和え	精白米、五穀米 絹豆腐、卵、椎茸、木耳、三つ葉 ※酢 豚肉、もやし、玉葱、白菜、キムチ、竹の子、しめじ、エリンギ、ニラ ※ラー油 かぶ、胡瓜、水菜、人参
29日		30日《リクエストメニュー》		31日《保1・オンライン授業》					
パン クラムチャウダー ポークソテー サラダ	野菜パン あさり、人参、じゃが芋、ベーコン、玉葱、パセリ 豚肉 ／付：インゲンとコーンのソテー サラダほうれん草、ロメインレタス、フライドオニオン ※ドレッシング	もち麦ご飯 スープ 鶏肉のカシューナッツ炒め もやしと青梗菜の中華和え	精白米、もち麦 白菜、木耳、豆苗、白ごま 鶏肉、カシューナッツ、ピーマン、赤・黄パプリカ、エリンギ、玉葱 もやし、青梗菜、人参、ロースハム	メニューは週間献立にてお知らせします。					