

1月の予定献立							
月		火		水		木	
5日		6日		7日		8日	
		 冬季休業終了		 休講日 10/13の振替		オムライス ～トマトソース～ マカロニスープ サラダ 選べるケーキ	精白米、卵、パセリ ／トマト、マッシュルーム、 しめじ、玉葱、ベーコン マカロニ、オクラ、人参 リーフレタス、レタス、 赤玉葱 ダブルベリー、レアチーズ、 かぼちゃタルト
12日		13日		14日		15日	
 成人の日		パン コーンポタージュ チキンの 黒コショウ焼き ～ジャーマンポテト添え～ サラダ	野菜パン コーンクリーム、 フライドクルトン 鶏もも肉／付： ジャーマンポテト(じゃが芋、 玉葱、ベーコン、パセリ) レタス、胡瓜、赤パプリカ ※ドレッシング	 オンライン授業		根菜肉うどん 柚子和え おしるこ	うどん、牛肉、玉葱、ごぼう、 レンコン、人参、小松菜、 板かまぼこ、白ごま、 鷹の爪、長葱 ※一味・七味 大根、大根菜、柚子 白玉、小豆
19日		20日		21日		22日	
ご飯 みそ汁 チキン南蛮 ごま和え	精白米 庄内麩、磯のり、大根菜 鶏肉、サラダ菜 ／手作りタルタルソース (玉葱、鶏卵、ピクルス、 パセリ) 小松菜、えのき、白ごま	あんかけ焼きそば ワカメスープ 餃子	中華麺、豚肉、玉葱、人参、 木耳、白菜、青梗菜 ※紅生姜、辛子、酢 ワカメ、椎茸、長葱 餃子、サニーレタス ※酢醤油、ラー油	 オンライン授業		揚げパン トマト風味の ロールキャベツ マカロニサラダ ～バジル&チーズ～ デザート	コッペパン 何味が選ばれるかお楽しみに！ ロールキャベツ、ブロッコリー、 人参、玉葱、トマト缶 マカロニ、ツナ、チーズ、 バジル、リーフレタス ヨーグルト(ソフール)
26日		27日		28日		29日	
ベーコンとほうれん草の クリームスパゲッティ ミネストローネ アボカドと卵のサラダ デザート	スパゲッティ、ベーコン、 ほうれん草、しめじ、 マッシュルーム じゃが芋、人参、玉葱、 キャベツ、トマト缶、バジル 卵サラダ、アボカド、 ブロッコリー、パプリカパウダー アイス(ハーゲンダッツ)	鶏天丼 赤だしみそ汁 切干大根の和風マヨ和え デザート	精白米、鶏むね肉、ピーマン 庄内麩、玉葱、万能葱 切干大根、ひじき、ツナ、枝豆 竹輪、削り節、すりごま わらび餅(抹茶) ※黒蜜	パン スープ マカロニグラタン サラダ	豆パン 人参、大根、インゲン 鶏肉、マカロニ、じゃが芋、 玉葱、マッシュルーム、 チーズ、パセリ ベビーリーフ、トレビス ※ドレッシング	ビビンバ 韓国風豆乳スープ チョレギサラダ 果物	精白米、牛肉、ほうれん草、 人参、もやし、ぜんまい、 白ごま、キムチ しめじ、ニラ、豆乳 サニーレタス、リーフレタス 海藻ミックス、韓国のり ※ドレッシング メロゴールド
30日		31日		1月1日		1月2日	
ご飯 かきたま汁 鯖の味噌煮 金平ごぼう デザート		精白米 鶏卵、舞茸、三つ葉 鯖 ／付:しし唐 ごぼう、人参、枝豆、 突きこんにゃく、白ごま 和のパンケーキ(きな粉)		精白米、もち麦 白菜、コーン、かいわれ大根 エビ、イカ、玉葱、長葱、 グリンピース もやし、小松菜、木耳、ハム オレンジ		精白米、もち麦 白菜、コーン、かいわれ大根 エビ、イカ、玉葱、長葱、 グリンピース もやし、小松菜、木耳、ハム オレンジ	