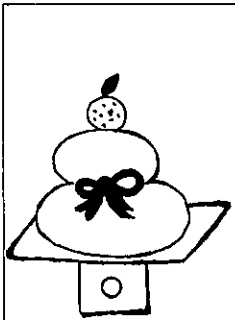



1月のこんだて



<p><u>4</u>・ごはん ・車麩のから揚げ ・切干大根の煮物 (切干大根 人参 れんこん) ・さつまいものサラダ (さつまいも、かぼちゃ、人参) ・わかめのみそ汁</p>	<p><u>5</u>・ごはん ・魚のみそマヨ焼き ・きんぴらごぼう (ごぼう、人参 れんこん) ・春雨サラダ (切干大根 春雨 人参) ・大根のみそ汁</p>	<p><u>6</u> もちつき</p>	<p><u>7</u>・ごはん ・魚の塩焼き ・キャベツの酢の物 (キャベツ、わかめ、めかふ) ・五目煮 (大根 ひよこ豆 ごぼう) ・白菜のみそ汁</p>	<p><u>8</u>・ごはん ・鶏肉と厚揚げの煮物 (鶏肉、厚揚げ、大根) ・青菜のお浸し (小松菜、もやし、人参) ・キャベツのみそ汁</p>
<p>・おかめ梅おにぎり ・<input checked="" type="checkbox"/>人参</p>	<p>・ふかしいも ・<input checked="" type="checkbox"/>煮干・フルーツ</p>	<p>・りんごのケーキ ・<input checked="" type="checkbox"/>するめ</p>	<p>・七草かゆ ・<input checked="" type="checkbox"/>昆布</p>	<p>・焼きおにぎり ・<input checked="" type="checkbox"/>煮干</p>
<p><u>11</u>・ごはん ・さばのみそ煮 (さば、ねぎ、しょうが) ・白菜のお浸し (白菜、小松菜、人参) ・すまし汁</p>	<p><u>12</u>・ごはん ・魚の照り焼き ・ひじき煮 (人参、れんこん、油揚げ) ・白菜とかぶの梅和え (白菜、かぶ、梅干) ・大根のみそ汁</p>	<p><u>13</u>・ひじきごはん ・おから煮 (おから、れんこん、長ねぎ) ・白菜と大根の甘酢漬 (白菜、大根、わかめ) ・つみれ汁</p>	<p><u>14</u>・ごはん ・鶏手羽元と大根煮 (鶏手羽元、大根) ・ポテトサラダ (ブロッコリー、人参) ・ごぼうのみそ汁</p>	<p><u>15</u>・ごはん ・鮭と豆乳のグラタン (玉ねぎ、じゃがいも、豆乳) ・切干大根のナムル (切干大根、白菜、わかめ) ・キャベツのスープ</p>
<p>・豚汁 ・<input checked="" type="checkbox"/>ふかしいも</p>	<p>・ピラフおにぎり ・<input checked="" type="checkbox"/>するめ</p>	<p>・割干大根のおやき ・<input checked="" type="checkbox"/>煮干</p>	<p>・トマトのパスタ ・<input checked="" type="checkbox"/>昆布</p>	<p>・パン ・<input checked="" type="checkbox"/>煮干</p>
<p><u>17</u>・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・ふるふき大根 ・小松菜と白菜のお浸し (白菜、小松菜、かつお節) ・えのきのみそ汁</p>	<p><u>18</u>・ごはん ・ぶりと大根の煮物 (ぶり、大根) ・キャベツの梅和え (小松菜、キャベツ、梅干) ・ぬか漬 ・しめじのみそ汁</p>	<p><u>19</u>・ごはん ・鶏肉と野菜のトマト煮 (鶏肉、玉ねぎ、れんこん) ・マカロニサラダ (じゃがいも、人参) ・白菜のスープ</p>	<p><u>20</u> ・けんちんうどん (大根、白菜、長ねぎ、しめじ) ・かぼちゃのそぼろ煮 (かぼちゃ、鶏き肉) ・豆腐と水菜のサラダ (キャベツ、人参、豆腐)</p>	<p><u>21</u>・ごはん ・ほっけの干物 ・じゃが芋のブイヨン煮 (玉ねぎ、人参、しめじ) ・ほうれん草のごま和え (ほうれん草、もやし、ごま) ・長ねぎのみそ汁</p>
<p>・きんぴらおにぎり ・<input checked="" type="checkbox"/>昆布</p>	<p>・ピザ ・<input checked="" type="checkbox"/>煮干</p>	<p>・きぬかつぎ ・<input checked="" type="checkbox"/>昆布・フルーツ</p>	<p>・雑穀おにぎり ・<input checked="" type="checkbox"/>するめ・フルーツ</p>	<p>・金柑マーメイドケーキ ・<input checked="" type="checkbox"/>煮干</p>
<p><u>24</u>・ごはん ・魚の照り焼き ・五目豆 (人参、ひよこ豆、こんにゃく) ・春菊ともやしのナムル (もやし、春菊、人参、油揚げ) ・まいたけのみそ汁</p>	<p><u>25</u>・ごはん ・筑前煮 (鶏肉、人参、ごぼう、厚揚げ) ・かぼちゃサラダ (かぼちゃ、玉ねぎ、人参) ・根菜のみそ汁</p>	<p><u>26</u>・ごはん ・いわしの丸干し ・いり豆腐 (れんこん、長ねぎ、豆腐) ・浅漬 (大根、人参、めかふ) ・小松菜のみそ汁</p>	<p><u>27</u>・ごはん ・麻婆豆腐 (豚ひき肉、ねぎ、にら、豆腐) ・白菜のごま和え (白菜、切干大根、ごま) ・れんこんのスープ</p>	<p><u>28</u>・ごはん ・魚の西京焼き ・大根と根菜の煮物 (ごぼう、油揚げ、ひよこ豆) ・菜の花の塩昆布和え (菜の花、白菜、塩昆布) ・大根のみそ汁</p>
<p>・塩昆布おにぎり ・<input checked="" type="checkbox"/>煮干</p>	<p>・ミネストローネ ・<input checked="" type="checkbox"/>グリッシーニ</p>	<p>・ゆずの蒸しパン ・<input checked="" type="checkbox"/>昆布</p>	<p>・ふかしじゃがいも ・<input checked="" type="checkbox"/>するめ・フルーツ</p>	<p>・ふりかけおにぎり ・<input checked="" type="checkbox"/>甘酢大根</p>
<p><u>31</u>・ごはん ・鶏肉の塩焼き ・せりの煮浸し (せり、もやし、油揚げ) ・根菜のサラダ (白菜、れんこん、豆腐) ・玉ねぎのみそ汁 ・鮭寿司おにぎり ・<input checked="" type="checkbox"/>昆布</p>	<p style="text-align: center;">  ～ 新年あけましておめでとうございます ～ 今年も子どもたちが元気いっぱい過ごせるよう美味しく楽しい給食を提供していきたいと思っていますので、よろしくお願いたします。  </p>			