

# 1月のきゅうしょくこんだて予定表

(さくら共同調理場)

日 曜日	献立名	給食なし	おもに 血や肉・骨になるもの	おもに 体の調子を整えるもの	おもに 熱や力になるもの	その他	検査結果 (単位:Bq/ kg)セシウム 134・137
8 (木)	ごはん、ぎゅうにゅう はるまき ごまふうみサラダ かぶのみそしる	幼稚園	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ、みそ	にら、にんじん、キャベツ ほししいたけ、きゅうり、もやし かぶ、こまつな	ごはん、じゃがいも マロニー、ごまあぶら、あぶら かたくりこ、はるまきのかわ こむぎこ、ごま、さとう	しょうゆ、酢 オイスターソース かつおぶし	ND
9 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ぶりのてりやき じゃがいものにつけ はくさいのみそしる	幼稚園	ぎゅうにゅう ぶりにく あおだいず とうふ、みそ	しょうが、にんじん、だいこん ほししいたけ、はくさい ごぼう、ねぎ	ごはん じゃがいも、こんにやく、あぶら さとう	しょうゆ、みりん 酒、だしの素 かつおぶし	
13 (火)	ごはん、ぎゅうにゅう ちゅうかどんのぐ ごまあえ わかめのみそしる		ぎゅうにゅう ぶたにく、エビ、イカ わかめ、とうふ、みそ	キャベツ、たまねぎ、にんじん にら、しょうが、ほししいたけ ほうれんそう、もやし、ねぎ	ごはん ごまあぶら、かたくりこ ごま、さとう じゃがいも	中華スープの素 塩、しょうゆ、酒 かつおぶし	
14 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのあげびたし きんぴらごぼう さつまいものみそしる		ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ みそ	しょうが、ごぼう、にんじん はくさい、だいこん、こまつな	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう こんにやく、ごま さつまいも	しょうゆ、酒 みりん かつおぶし	ND
15 (木)	こくとうパン、ぎゅうにゅう マカロニのチーズに ポトフ フルーツあえ		ぎゅうにゅう チーズ ウインナー	たまねぎ、パセリ、キャベツ にんじん、かぶ モモ、パイナップル、みかん	こくとうパン マカロニ、じゃがいも とうもろこし	塩、コショウ スープストック	
16 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう さんまのケチャップソースがけ おんやさいのパターソー だいこんのみそしる		ぎゅうにゅう さんま あぶらあげ、みそ	にんじん、ピーマン、たまねぎ だいこん、はくさい、こまつな	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう じゃがいも、バター	トマトケチャップ ソース 塩、コショウ かつおぶし	
19 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう なつとう だいこんのきんぴら じゃがいものみそしる		ぎゅうにゅう なつとう さつまあげ、しみどうふ みそ	だいこん、にんじん、ほししいたけ はくさい、たまねぎ にら	ごはん あぶら じゃがいも	しょうゆ、みりん かつおぶし	ND
20 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう あんかけラーメンのスープ ぶたにくとさつまいものあまずあえ くだもの		ぎゅうにゅう エビ、イカ ぶたにく	はくさい、たまねぎ、にんじん にら、ほししいたけ りんご	ちゅうかめん ごまあぶら、かたくりこ さつまいも、あぶら、さとう	しょうゆ、酒 中華スープの素 塩、コショウ、酢	
21 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう さばのみそに やさしいため すいとんじる		ぎゅうにゅう さば、みそ とりにく	しょうが、キャベツ、もやし にんじん、はくさい、だいこん ごぼう、ねぎ	ごはん さとう とうもろこし、ごまあぶら すいとん	みりん、酒 塩、コショウ しょうゆ かつおぶし	
22 (木)	コッペパン、ぎゅうにゅう、ジャム とりにくのマーマレードに コールスローサラダ ほうれんそうのクリームスープ	幼稚園	ぎゅうにゅう とりにく	にんにく、キャベツ、きゅうり ほうれんそう、たまねぎ にんじん、マーマレード	コッペパン、いちごジャム とうもろこし、オリーブオイル じゃがいも、マカロニ バター、こむぎこ	しょうゆ、酢 塩、コショウ スープストック	ND
23 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ポークカレー かいそうサラダ ヨーグルト		ぎゅうにゅう ぶたにく、チーズ かいそうミックス ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、しょうが にんにく、キャベツ、もやし きゅうり	ごはん じゃがいも、オリーブオイル ごま、ごまあぶら、さとう	カレーフレーク トマトケチャップ コショウ、ソース 酢、しょうゆ	
26 (月)	☆学校給食週間献立☆ ごはん、ぎゅうにゅう あぶらあげのほうろくやき わふうサラダ そうめんじる		ぎゅうにゅう あぶらあげ、みそ わかめ、なると	ねぎ、キャベツ、だいこん にんじん、えだまめ、たまねぎ はくさい	ごはん さとう、ごま あぶら そうめん	みりん、酢 しょうゆ、塩 かつおぶし	
27 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう みそラーメンのスープ ひきなもち くだもの		ぎゅうにゅう ぶたにく、みそ とりにく、しみどうふ	はくさい、たまねぎ、にんじん ほししいたけ、だいこん ポンカン	ちゅうかめん とうもろこし、ごまあぶら しらたまもち、あぶら	しょうゆ、みりん 中華スープの素 七味唐辛子	ND
28 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう ゆでどりのごまだれあえ いそかあえ こづゆ		ぎゅうにゅう とりにく わかめ、のり ほたてかいばしら	しょうが、にんにく、キャベツ ほうれんそう、にんじん きくらげ、ほししいたけ さやえんどう	ごはん さとう、ねりごま、ごまあぶら しらたき、さといも、ふ みりん	しょうゆ、酢 かつおぶし だしの素、塩 みりん	
29 (木)	しよくパン、ぎゅうにゅう チリコンカン ワンタンスープ ヨーグルトあえ		ぎゅうにゅう だいにく、ぶたにく ヨーグルト	にんじん、たまねぎ、トマト グリーンピース、もやし、はくさい ねぎ、ほししいたけ モモ、みかん	しよくパン じゃがいも、オリーブオイル さとう、ワンタン、ごまあぶら	トマトケチャップ 塩、しょうゆ 中華スープの素 ソース	
30 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう さけフライ きりぼしだいこんのもの たまねぎのみそしる		ぎゅうにゅう さけ、たまご さつまあげ、あぶらあげ あおだいず、みそ	きりぼしだいこん、にんじん ほししいたけ、たまねぎ キャベツ、にら	ごはん こむぎこ、パンこ、あぶら こんにやく、さとう じゃがいも	ソース、しょうゆ みりん かつおぶし 七味唐辛子	

\* 三春町の米(コシヒカリ)

\* 材料の都合により、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

