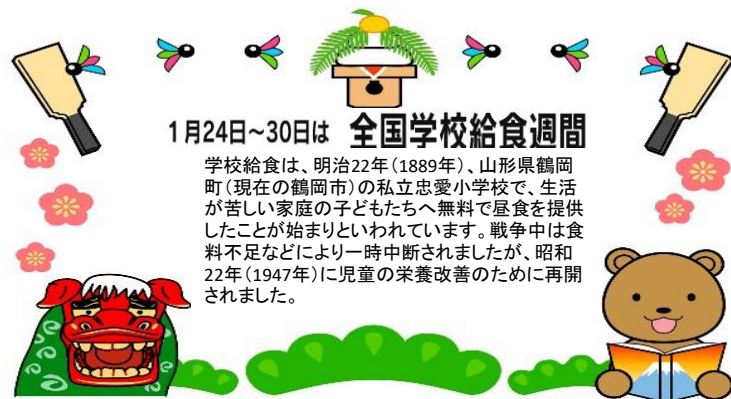


実施日	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
お正月献立						
8	水	七草ごはん ぶりのガーリックソース 五目豆 麩のすまし汁	ぶり、大豆、けずり節、豆腐 旬の食材	牛乳、あおのり、角切り昆布、だし昆布	精白米、米粒麦、さとう、こんにゃく、麩	油
9	木	四川麻婆豆腐丼 中華サラダ いちご	豚ひき肉、豚肝臓、みそ、押し豆腐	牛乳、わかめ	精白米、米粒麦、さとう、でんぶ	油、ごま油
鏡開き献立						
10	金	麦ごはん 松風焼き れんこんの炒めなます 白玉雑煮	鶏ひき肉、豆腐、みそ、卵、油揚げ、けずり節、鶏肉	牛乳、だし昆布	精白米、米粒麦、パン粉、さとう、白玉粉、小麦粉	油、白ごま
14	火	ほうとう うすやき（山梨）お好み焼き じゃがいもとひじきの煮物（山梨）	豚肉、けずり節、油揚げ、みそ、大豆、鶏ひき肉	牛乳、ちりめんじゃこ、ひじき	冷凍ほうとう麺、さとう、小麦粉、じゃがいも	油
山梨県献立						
小正月献立						
15	水	あずきごはん 油揚げの福袋煮 青のりこふき芋 けんちん汁	あずき、油揚げ、豚ひき肉、うずら卵、鶏肉、けずり節、豆腐	牛乳、あおのり	米粒麦、精白米、さとう、スパゲッティ、じゃがいも、こんにゃく、さといも	油
16	木	あさり入り回鍋肉丼 中華もやしスープ カスタードプリン	あさり、豚肉、みそ、卵	牛乳、調理用牛乳、生クリーム	精白米、米粒麦、さとう、でんぶ、ビーフン	油、ごま油
デザートキャンペーン						
17	金	ポテサラトースト(egg7) 二種類の豆のミネストローネ フルーツポンチ	ベーコン、鶏肉、ひよこまめ、いんげんまめ	牛乳、チーズ、粉寒天	食パン、じゃがいも、マカロニ、さとう	マヨネーズ(egg7)、油
20	月	麦ごはん・魚の柚子みそ焼き 切干大根の煮つけ 豆腐のすまし汁 レモンスカッシュゼリー	たら、みそ、鶏ひき肉、さつま揚げ、けずり節、豆腐	牛乳、だし昆布、粉寒天	精白米、米粒麦、さとう	油
21	火	ジャンバラヤ（アメリカ） ポテトビーンズのハニーサラダ ベジタリアンスープ 米粉ガトージョコラ	ウィンナー、豚ひき肉、レンズまめ、大豆	牛乳	精白米、じゃがいも、はちみつ、コーンスターチ、さとう	油、バター
22	水	キャベツとあさりのクリームスパゲッティ フレンチサラダ 大学芋	ベーコン、あさり	牛乳、調理用牛乳、スキムミルク、生クリーム、粉チーズ	スパゲッティ、さとう、さつまいも、水あめ	油、バター、揚げ油、黒ごま
23	木	豚肉とキムチのクッパ 焼きしゃもねぎ焼き 中華大根サラダ	豚肉、豆腐、みそ、卵	牛乳、ししゃも、ちりめんじゃこ	精白米、米粒麦、さとう	油、ごま油
24	金	シナモン揚げパン もやしと竹輪のソテー 鶏団子とビーフンのみそスープ	焼き竹輪、鶏ひき肉、卵、油揚げ、豆腐、みそ	牛乳	ミルクパン、グラニュー糖、でんぶ、ビーフン	揚げ油、油、ごま油
全国学校給食週間						
昭和の給食から生まれた人気の揚げパンです。						
27	月	柳川風井 煮豆 すいとん	豚肉、さつま揚げ、卵、いんげんまめ、けずり節、油揚げ	牛乳、だし昆布	精白米、米粒麦、さとう、でんぶ、三温糖、小麦粉	油
東京の郷土食柳川井。本物はどじょうで作ります。すいとんは、戦時中は、お米の代わりに、小麦の配給で食べられていました。						
28	火	麦ごはん・わかめの醤油煮 クジラと豆のたつた揚げ はすのさんばい（山口）はすの甘かしわん（山口）	くじら肉、大豆、油揚げ、けずり節、鶏肉、かまぼこ	牛乳、わかめ	精白米、米粒麦、でんぶ、さとう、はるさめ	揚げ油、白ごま
山口県献立						
郷土料理を出し、さまざまな食文化を味わいます。						
29	水	豆乳担々麺 イカ焼き香味ソース ぼんかん	豚ひき肉、みそ、豆乳、いか	牛乳	冷凍ラーメン、でんぶ、さとう	ごま油、油、ねりごま、ラード、白ごま
戦後、輸入の余剰小麦からソフト麺が生まれ、今は冷凍麺が主流です。						
30	木	新宿発☆印式カレー 花野菜とじゃこのサラダ きんかんの甘露煮	鶏肉	牛乳、ヨーグルト、ちりめんじゃこ	精白米、米粒麦、じゃがいも、さとう	油、バター、ごま油
このカレーは新宿の老舗レストランの味を給食で再現！						
31	金	ツナのチーズローフバーガー 海そうサラダ レンズ豆とマカロニのミルクスープ	ツナ、卵、レンズまめ	牛乳、チーズ、わかめ、糸寒天、調理用牛乳、スキムミルク	丸パン、パン粉、さとう、じゃがいも、マカロニ	油、ごま油、オリーブ油

◎学校行事や食材費等の都合により、献立の変更並びに回数が少なくなることがあります。

旬の食材：ぶり、さば、たら、人参、白菜、小松菜、ほうれん草、長葱、里芋、ごぼう、蓮根、ブロッコリー、カリフラワー、みかん、いちご、ポンカン、いよかんなど
長野県伊那市より米が納品される日があります。



明治22年(1889年) ・おにぎり、塩さけ、菜の漬物	昭和22年(1947年) ・トマトシチュー、脱脂粉乳(ミルク)
昭和30年(1955年) ・コッペパン、脱脂粉乳(ミルク)、アジフライ、サラダ、ジャム	昭和52年(1977年) ・カレーライス、牛乳、塩もみ、果物(バナナ)、スープ

