

1月の予定献立



月	火	水	木	金
				
<p>★冬休みも「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整えよう★</p>				
12 成人の日	13	14	15 ★へるっしょ メニュー	16
	 のり マヨネーズ あえ くるまふの あげに ごはん しおちゃんこ じる	 かおり づけ あつあげの ピリから いため ごはん (コシヒカリ) かきたま じる	 チャプチエ たらの からあげ ごはん トマト チゲなべ	 おかか あえ ごもくそぼろ どん(ぐ) ごはん わかめの みそしる
19	20 ★とおかまち メニュー	21	22	23
 きりぼしと ひじきの にもの ごはん	 りんご ゆきんこ サラダ キャロットピラフ ゆきやまクリーム ソースかけ	 キャベツの あさづけ みそラーメン スープ ちゅうかめん	 あおまめ サラダ ごはん (コシヒカリ) はくさいの みそしる	 ごまあえ メバルの カレーマヨ やき ごはん がんもの そぼろに
<p>全国学校給食週間 (テーマ) ふるさと♥とおかまち 詳しい内容は、後日発行の「給食週間特別号」でお知らせします。お楽しみに！</p>				
26 フルーツゼリー じばもん しょゆ フレンチ とおかまち カレー	27 ごまひたし やきぐり コロッケ くろまい いり ごはん	28 イタリアン サラダ ごはん (コシヒカリ) ミルファン ティ	29 ゴロゴロ サラダ ごはん みぞれじる	30 あか・き・ みどりの さんしょく ひたし ごはん あまざけ とんじる

※食材等の都合により献立を変更させていただく場合があります。

かぞく きゅうしょく 家族で給食について かた あ 語り合ってみませんか

す こんなで きょうしきじかん いんしきあか で きごと きょうしきの
好きな献立や給食時間の印象深い出来事など、給食の
おもいで かぞく はな いま きょうしき おもい
思い出を家族みんなで話してみましょう。今の給食と昔
の給食の違うところ、同じところなどを知ることができ
るかもしれません。

