



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	
	3	4	5	6	7	8	
給食	<休園日>	お寿司/八幡巻き 伊達巻/高野豆腐の煮物 芋きんとん/紅白生酢 青のり汁	ロールパン チキングラタン トマトスープ オレンジ	ご飯 ぶりの塩麹焼き のっぺい汁 ヨーグルト林檎リスかけ	七草粥風  千草焼き おくらのおかか和え 味噌汁	ご飯 回鍋肉 ナムル 中華風卵スープ	
午前おやつ		おやつ 	おやつ	コーンフレーク	おやつ	ホットケーキ	
午後おやつ		紅白ババロア	おかかおにぎり	おやつ	大学芋風パウンドケーキ	マッシュマロおこし	
	10	11	12	13	14	15	
給食	<成人の日>	ご飯 魚のホイル焼き 白菜サラダ そうめん汁	ご飯 鶏の唐揚げ おろし納豆 具沢山味噌汁	ご飯 豚肉と野菜のとりみ炒め 白和え バナナ	ご飯 鮭のポテトチーズ焼き アスパラソテー ほうれん草と卵のふわふわスープ	牛丼 じゃがいものそぼろ煮 味噌汁 一口ゼリー	
午前おやつ		おやつ 	マカロニきな粉	おやつ	食パンラスク	おやつ	
午後おやつ		ぜんざい 	おやつ	紫芋クッキー	おやつ	おやつ	
	17	18	19	20	21	22	
給食	ご飯 麻婆豆腐 バンサンスー りんご	ご飯 カジキのコーンクリーム焼き ブロッコリーサラダ オニオンスープ	ご飯 鶏肉の治部煮 ほうれん草のおぼろ和え みかん	ふりかけご飯/煮込みハンバーグ 豆腐ナゲット/フライドポテト コールスローサラダ フルーツポンチ	ご飯 タラとカレー醤油焼き きゅうりとツナの和え物 味噌汁	ご飯 塩肉じゃが ニラ玉 チーズ	
午前おやつ	おやつ	人参蒸しパン	おやつ	おやつ 	フルーチェ	おやつ	
午後おやつ	野菜プリッツ	おやつ	胡麻団子風	ソフォーク 	おやつ	おやつ	
	24	25	26	27	28	29	
給食	スティックパン ナポリタンスパゲッティ レタスと卵のスープ りんご	ご飯 鯖の幽庵焼き 磯香和え 味噌汁	ハヤシライス マカロニサラダ コーンスープ	ご飯 照り焼きチキン 大根サラダ かき玉汁/みかん	炊き込みご飯 魚のおろし煮 きゅうりの酢の物 バナナ	ご飯 鶏肉と南瓜のクリーム煮 ほうれん草とコーンのソテー カルピスゼリー	
午前おやつ	おやつ	蒸し芋	おやつ	クラッカーサンド	おやつ	おやつ	
午後おやつ	プリン	おやつ	フルーツサンド	おやつ	カスタードパイ	おやつ	
	31						
給食	ご飯 白身魚フライ 和風サラダ コンソメスープ	<p>● 1月の行事食 ●</p> <p>4日☽ おせち</p> <p>7日☾ 七草粥</p> <p>11日☼ 鏡開き</p> <p>20日☽ 誕生日</p> <p>七草粥は、1月7日の朝に1年の無病息災を願って食べる行事食です。昔は今のように1年中いろいろな野菜が手に入るわけではなく、そのような中で春先に芽を出す青々とした若菜には強い生命力があると考えられていました。</p> <p>人々は春を待ってその若菜を摘み、食べることで、病気をせずに長生きが出来ると考えていたのです。</p>					
午前おやつ	おやつ						
午後おやつ	台湾カステラ風						

