

月間予定献立表 - 1月 -

★印は小学部6年生のリクエスト給食です。

栄養士 柴村 有紀

月	火	水	木	金
<p>普通食に使用する食材は形態食でも使用しますが、形態食にすることにより良い状態が保てないもの、味が著しく低下するもの等は代替食材を使用します。代替食材は、使用する食材に()で表示、追加で食材を使用する場合は(+○)と表示します。また、普通食で使用するが形態食で使用しない食材は(×)と表示します。使用しない食材に変え、量の調整をします。</p>		<p>献立名</p> <p>使用する主な食材 だし、調味料は含まず</p> <p>(形態食に毎日、さといも・くず粉・寒天を使用)</p>		<p>9 牛乳</p> <p>赤飯</p> <p>沢煮わん</p> <p>あじの松風焼き</p> <p>ゆかり和え</p> <p>フルーツ和え</p> <p>牛乳、米、もち米、あずき ごま(ねりごま)、にんじん ごぼう、大根、しいたけ ねぎ(たまねぎ)、あじ、鶏肉 たまねぎ、豆腐(×) みそ、たまご(×)、キャベツ ほうれん草、ゆかり、りんご 鰹節(×)、パン粉(×)</p>
<p>12 </p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">成人の日で お休みです</p>	<p>13 牛乳</p> <p>きんぴらごはん</p> <p>雑煮風汁</p> <p>筑前煮</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>牛乳、米、ごぼう、にんじん ぶなしめじ、大根、もち はくさい、油揚げ(豆腐) ねぎ(たまねぎ)、こまつな さといも、鶏肉、れんこん ヨーグルト、パン粉 りんご缶</p>	<p>14 牛乳</p> <p>中華丼</p> <p>春雨スープ</p> <p>かぼちゃのミルク煮</p> <p>牛乳、米、しょうが、豚肉 にんにく、たまねぎ、にんじん はくさい、たけのこ、でんぶ たまご、春雨(えのきたけ) かぼちゃ、バター、しいたけ</p>	<p>15 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>豚汁</p> <p>★えだまめ春巻き</p> <p>おかか和え</p> <p>りんごゼリー</p> <p>牛乳、米、豚肉、にんじん 大根、ごぼう、みそ 春巻きの皮、じゃがいも えだまめ、ベーコン、チーズ キャベツ、鰹節(×) こまつな、りんごジュース 大豆もやし(かぶ)</p>	<p>16 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>野菜スープ</p> <p>じゃがいも入り玉子焼き</p> <p>ブロッコリーサラダ</p> <p>牛乳、米、たまねぎ、鶏肉 キャベツ、もやし(かぶ) にんじん、たまご、ツナ缶 じゃがいも、トマケチャップ ブロッコリー、黄パプリカ トマト、りんご酢</p>
<p>19 牛乳</p> <p>かしわめし</p> <p>だご汁</p> <p>のり和え</p> <p>ホイップクリーム和え</p> <p>【郷土料理:福岡県】</p> <p>牛乳、米、油、鶏肉、ごぼう にんじん、しいたけ、しょうが ねぎ(たまねぎ)、こまつな 薄力粉(豆腐)、キャベツ 赤パプリカ、いちご、のり かぼちゃ、生クリーム</p>	<p>20 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>野菜スープ</p> <p>長芋の和風グラタン</p> <p>ツナの和風サラダ</p> <p>牛乳、米、たまねぎ、豚肉 もやし(はくさい)、大根 生揚げ(豆腐)、しょうが にんにく、みそ、たまねぎ にんじん、でんぶ、長芋 キャベツ、きゅうり、レモン ツナ缶、赤パプリカ 黄パプリカ、りんご酢</p>	<p>21 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>具だくさんみそ汁</p> <p>さばのカレー焼き</p> <p>梅おかか和え</p> <p>フルーツ和え</p> <p>牛乳、米、にんじん、ごぼう 大根、ねぎ(たまねぎ) はくさい、みそ、カレー粉 さば(+鶏肉)、キャベツ ほうれん草、梅干し、りんご 鰹節(×)、黄桃缶 パン粉</p>	<p>22 牛乳</p> <p>ミルクパン</p> <p>かぼちゃのクリーム煮</p> <p>キャベツとりんごのサラダ</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>牛乳、ミルクパン(食パン) にんにく、鶏肉、にんじん かぼちゃ、たまねぎ、バター ブロッコリー、薄力粉 キャベツ、りんご、レーズン りんご酢、赤パプリカ ぶどうジュース</p>	<p>23 牛乳</p> <p>豆腐とひき肉のあんかけ丼</p> <p>みそ汁</p> <p>ごま和え</p> <p>牛乳、米、豚肉、しょうが たまねぎ、しいたけ、豆腐 にんじん、でんぶ、みそ こねぎ(×)、じゃがいも えのきたけ、こまつな 大豆もやし(かぶ) キャベツ、ごま(ねりごま)</p>
<p>26 牛乳</p> <p>★コーン茶飯</p> <p>みそ汁</p> <p>はすのつくね</p> <p>じゃがいもの梅おかか和え</p> <p>牛乳、米、コーン、キャベツ もやし(かぶ)、えのきたけ 油揚げ(豆腐)、みそ 鶏肉、あじ、しょうが にんじん、れんこん たまねぎ、こねぎ(×) パン粉(×)、たまご(×) でんぶ、しょうが じゃがいも、ほうれん草 梅干し、鰹節(×)</p>	<p>27 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>きのこ汁</p> <p>厚揚げと大根の肉みそオイル焼き</p> <p>野菜の煮物</p> <p>牛乳、米、ごぼう、しいたけ ねぎ(たまねぎ)、ぶなしめじ えのきたけ、生揚げ(豆腐) 大根、しょうが、にんにく 豚肉、みそ、たまねぎ にんじん、でんぶ れんこん、たけのこ、さといも</p>	<p>28 牛乳</p> <p>★カレーライス</p> <p>野菜スープ</p> <p>フルーツサラダ</p> <p>牛乳、米、しょうが、豚肉 にんにく、カレー粉、バター にんじん、じゃがいも、油 たまねぎ、薄力粉、はくさい ウスターソース、キャベツ トマケチャップ、きゅうり もやし(かぶ)、みかん缶 りんご、レーズン、りんご酢</p>	<p>29 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>★鶏のからあげ</p> <p>切り干し大根のおかか和え</p> <p>りんごの黒糖煮</p> <p>牛乳、米、じゃがいも、みそ たまねぎ、わかめ、鶏肉 にんにく、しょうが、でんぶ 薄力粉、油、ほうれん草 切り干し大根(大根) にんじん、ごま(ねりごま) 鰹節(×)、りんご、レーズン 黒砂糖</p>	<p>30 牛乳</p> <p>みそ野菜ラーメン</p> <p>青菜とツナの和えもの</p> <p>フルーツゼリー</p> <p>牛乳、中華麺(一部ひやむぎ) 油、しょうが、にんにく、豚肉 にんじん、キャベツ、みそ もやし(かぶ)、ねぎ(たまねぎ) にら(×)、こまつな、ツナ缶 切り干し大根(大根) ねぎ(×)、黄桃缶 パン粉</p>