1月の献立

月	火	水	木	金
				1日 お休み
4日 発芽玄米ごはん(やみつきわかめ) 鶏肉の照り煮 ちくわのから揚げ ポパイマカロニ 紅白なます みかん	**5日** **セルフカレーライス** 麦ごはん(パセリ) 豚肉のから揚げ ☆ドライカレー かぼいもチーズ焼き 手作り福神漬け風 りんごorみかん	**6日** **リクエスト献立** きびごはん(おかか) ☆カットハンバーグ 冬野菜のチキンポトフ 刻み昆布の炒め煮 青菜のおひたし ☆ふわふわドーナツ	**7日** **七草の日献立** 発芽玄米ごはん(七草ゆかり) BBQポーク かじきとじゃが芋のコロコロ揚げ 切干大根のおかか炒め 昆布白菜 りんごorみかん	**8日** **かんぴょうの日献立** 麦ごはん(青のり) タンドリーチキン 豚肉とかんぴょうの甘辛煮 おさつガーリックフライ さっぱりゆかり和え プチトマト
11日 お休み	**12日** 麦ごはん(わかめ) 豚肉のトマト煮込み チキンチキンごぼう ひじきのカレーソテー やみつきキャベツ みかんのプチケーキ	**13日** **受験生応援メニュー（さわら）** 発芽玄米ごはん(ごま塩) さわら西京焼き 鶏ときのこのクリーム煮 のり塩ポテト 小松菜のおかか和え みかんorりんご	**14日** **受験生応援メニュー（カツ）** きびごはん(おかかのり) ソースチキンカツ 高野豆腐のそぼろ煮 さつまいもグリル 塩麹ドレッシングサラダ プチトマト	**15日** **受験生応援メニュー（いりこ）** 発芽玄米ごはん(いりこふりかけ) 焼き肉風炒め チーズオムレツ ナポリタン風炒め 三色ナムル ひとくち大学芋
18日 **受験生応援メニュー（れんこん・い** きびごはん(手作りふりかけ) イカの甘辛レモンだれ ガーリックポーク れんこんのチーズ焼き 青菜のおひたし いよかん	**19日** **受験応援メニュー（長芋）** 麦ごはん(ゆかり) チキンステーキ 厚揚げ麻婆 長芋のから揚げ さっぱり漬け りんごorみかん	**20日** **大寒献立** 麦ごはん(わかめ) 揚げ魚のみぞれあんかけ カラフルガパオ 白滝のペペロンチーノ風 手作りポテトサラダ プチトマト	**21日** **大寒献立** 発芽玄米ごはん(鶏そぼろ) ポークチャップ お出汁たっぷり卵焼き コーンソテー 大根とわかめの中華漬け もっちドーナツ	**22日** **～丼メニュー～** 麦ごはん 冬野菜のキーマカレー 根菜グリル
25日 **受験生応援メニュー（とり天）** 発芽玄米ごはん(カレーおかか) ころころとり天 キャベツたっぷりホイコーロー ひじきの煮物 塩ゆでブロッコリー りんごorみかん	**26日** **受験生応援メニュー（たこ）** きびごはん(ごま塩) 赤魚の煮付け たっぷり肉野菜炒め 揚げたこ焼き ブロッコリーサラダ プチトマト	**27日** **～丼メニュー～** 彩り焼き鳥丼 ●発芽玄米ごはん(刻み海苔) ●焼きとり ●炒り卵 ●小松菜のごま香和え	**28日** 麦ごはん(キムムッチ) 手作りミートボール 鮭のちゃんちゃん焼き ゴロゴロきんぴら ゆかり和え マカロニきなこ	**29日** 発芽玄米ごはん(じゃこおかか) 豚肉の生姜焼き なんちゃってカレーから揚げ きのこのトマト煮 中華サラダ いちご白玉

丼メニューの日はスプーンをお持ちください。
※未就学児用のお弁当につきましては、誤嚥防止のため白玉団子・プチトマト等は提供されない可能性がございます。また、辛味等を配慮して調理作成いたします。