１月の献立

門真市教育委員会
（中学校用）

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
学校給食選手権 最優秀賞 速見小学校 片岡 由真 さん 31日（水） 『れんこんもりもり混ぜご飯』	9 **始業式** 	10 きんとん田作り 昆布のたきこみご飯 雑煮 牛乳	11 豆腐の寄せ揚げ コッペパン ココアビーンズ 太平燕 牛乳	12 小松菜とあげの煮びたし あかしそふりかけご飯 じゃがいものそぼろ煮 牛乳
		こんぶのたきこみごはん ぞうに きんとん たづくり	コッペパン タイピーエン とうふのよせあげ ココアビーンズ	ごはん じゃがいものそぼろに こまつなとあげのにびたし あかしそふりかけ
15 牛肉のはりはり煮 ご飯 うち豆のみそ汁 牛乳	16 ほうれん草としめじのソテー コッペパン ポークビーンズ 牛乳	17 わかさぎの甘酢づけ ご飯 麻婆豆腐 牛乳	18 みかん ホットポテトサラダ 黒糖食パン ワンタンスープ 牛乳	19 さわらの煮つけ 菜めし あんかけうどん 牛乳
ごはん うちまめのみそしる ぎゅうにくのはりはりに	コッペパン ポークビーンズ ほうれんそうとしめじのソテー	ごはん マーボーどうふ わかさぎのあまずづけ	こくとうしょくパン ワンタンスープ ホットポテトサラダ みかん　1こ	なめし あんかけうどん さわらのにつけ
22 白菜の炒め煮 あかしそふりかけご飯 みそおでん 牛乳	23 ひじきと大豆のドライカレー 食パン スライスチーズ チンゲン菜とたまごのスープ 牛乳	24 ほきの甘酢かけ つくだにふりかけ ご飯 豚肉としろなの煮物 牛乳	25 野菜のドレッシングかけ 黒糖パン 白ねぎのシチュー 牛乳	26 ゆで干し大根の炒め煮 黒豆 ご飯 麩入り玉子丼の具 牛乳
ごはん みそおでん はくさいのいためにあかしそふりかけ	しょくパン チンゲンさいとたまごのスープ ひじきとだいずのドライカレー スライスチーズ	ごはん ぶたにくとしろなのにもの ほきのあまずかけ つくだにふりかけ	こくとうパン しろねぎのシチュー やさいのドレッシングかけ	ふいりたまごどんぶり（ごはん） ゆでぼしだいこんのいためにくろまめ
29 キャベツのさっと煮 玄米入りご飯 カレーライスの具 牛乳	30 コーンと小松菜のソテー 黒糖パン ポトフ 牛乳	31 かつおのうまだれ れんこんもりもり混ぜご飯 えのきのみそ汁 牛乳	**門真でとれた** **『小松菜』と『しろな』を使います** 小松菜 12日（金） 19日（金） しろな 24日（水） 	
カレーライス（げんまいいりごはん） キャベツのさっとに	こくとうパン ポトフ コーンとこまつなのソテー	れんこんもりもりまぜごはん えのきのみそしる かつおのうまだれ	すがたをかえる大豆 ～大豆はとっても変身じょうず～ １月も大豆や変身した大豆をさがしてね!	