



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
<p><u>学校給食選手権</u></p> <p>『シャキッ!と スタミナ弁ぶり』</p> <p>はやみしょうがっこうじどう 速見小学校の児童が 考えた献立です 30日(金)</p>	<p>門真でとれた 『小松菜』と『しろな』を使います</p> <p>小松菜 16日(金)</p> <p>しろな 23日(金)</p>		<p>8</p> <p>始業式</p> <p>3学期 スタート!</p>	<p>9</p> <p>きんとん 田作り</p> <p>昆布の大きご飯 雑煮</p> <p>こんぶの たきこみごはん ぞうに きんとん たづくり</p>
<p>12</p> <p>せいじんひ 成人の日</p>	<p>13</p> <p>ホットポテトサラダ パーカーパン 白菜とベーコンのスープ</p>	<p>14</p> <p>かつおのうまだれ ご飯 わかめうどん</p>	<p>15</p> <p>ひじきと大豆のドライカレー コッペパン ワンタンスープ</p>	<p>16</p> <p>さばのみそ煮 菜めし むら雲汁</p>
<p>19</p> <p>ゆで干し大根のごま炒め あかしそふりかけ 高野豆腐の煮物</p>	<p>20</p> <p>さめフライ キャベツのカレーソテー</p>	<p>21</p> <p>牛肉のはりはり煮 黒豆 ご飯 厚揚げのみそ汁</p>	<p>22</p> <p>ツナとひじきのサラダ コッペパン さつまいもと白ねぎのシチュー</p>	<p>23</p> <p>しろなの煮浸し つくだにふりかけ ご飯 大根と豚肉の煮物</p>
<p>ごはん こうやどうふのもの ゆでぼし大いこんの ごまいため あかしそふりかけ</p>	<p>パーカーパン チンゲンさいと たまごのスープ さめフライ キャベツのカレーソテー</p>	<p>ごはん あつあげのみそしる ぎゅうにくのはりはりにくまめ</p>	<p>コッペパン さつまいもと しろねぎのシチュー ツナとひじきのサラダ</p>	<p>ごはん だいこんと ぶたにくのもの しろなのにびたし つくだにふりかけ</p>
<p>26</p> <p>キャベツのさっと煮 玄米入りご飯 カレーライスの具</p>	<p>27</p> <p>まぐろのルウェー風 チーズパン ポトフ</p>	<p>28</p> <p>大豆の磯煮 ご飯 親子丼の具</p>	<p>29</p> <p>コーンと小松菜のソテー 黒糖パン きのこスパゲティ</p>	<p>30</p> <p>シャキッ!と スタミナ弁ぶり ヨーグルト ごはん レタススープ</p>
<p>カレーライス (げんまいいりごはん) キャベツのさっとに</p>	<p>チーズパン ポトフ まぐろの ルウェーふう</p>	<p>おやこどんぶり (ごはん) だいすのいそに</p>	<p>こくとうパン きのこスパゲティ コーンと こまつなのソテー</p>	<p>シャキッ!と スタミナ弁ぶり (ごはん) レタススープ ヨーグルト</p>