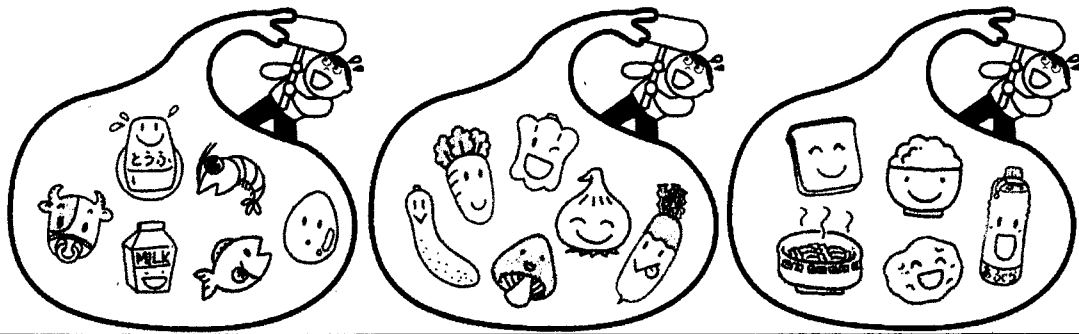


2021 ねん 1 がつの
えいようしどうひょう



(教室用)
あわじしりつきゅうしよく
淡路市立給食センター

日 (曜)	こんだて名	血や肉になるもの (あか)	体の調子をととのえるもの (みどり)	熱や力になるもの (き)
8 金	まだいの柚庵焼き あわじ花サラダ 白玉雑煮 新春お祝いゼリー(いちご)	まだい 白みそ みそ だし昆布 削り節	ゆず果汁 ブロッコリー ごぼう だいこん とうもろこし 食用キンセンカ 葉ねぎ 金時にんじん お祝いゼリー(いちご)	上白糖 白玉もち でんぷん 里芋
12 火	とりにく 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ(小袋マヨネーズ) わかめのみそ汁	とりにく ポークハム 油揚げ 煮干し 塩蔵わかめ みそ	きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん 葉ねぎ	でんぷん 米ぬか油 じゃがいも マヨネーズ
13 水	ぶたにく 豚肉のしょうが焼き はくさい 白菜のおかか和え のっぺい汁	ぶたにく かつお節 木綿豆腐 だし昆布 削り節	しょうが たまねぎ はくさい にんじん ごぼう だいこん こんにやく 葉ねぎ	米ぬか油 いりごま 三温糖 でんぷん 里芋
14 木	たにんどん 他人丼 ライスパスタサラダ みかん	ぎゅうにく 鶏卵 おつゆふ 削り節 チキンハム	たまねぎ にんじん 根深ねぎ きゅうり 乾しいたけ 黄ピーマン 温州みかん	米ぬか油 三温糖 上白糖 ライスパスタ ごま油
15 金	や ぎかな 焼き魚(さけ) まりぼ だいこんに 切干し大根煮 ぶたじる あじつ 豚汁 味付けのり	さけ だし昆布 みそ 豚肉 さつま揚げ 削り節 煮干し 木綿豆腐 味付けのり	きりぼ だいこん にんじん こんにやく ごぼう 葉ねぎ 乾しいたけ	三温糖
18 月	や 焼きハンバーグ(デミグラスソース) さつまいもの重ね煮 ミネストローネスープ	とうふ 入りハンバーグ ぶたにく 豚肉 ベーコン スープベース	ケチャップ りんご たまねぎ にんじん トマト缶 パセリ	さつまいも 上白糖 米ぬか油 じゃがいも スーパー A B C マカロニ
19 火	ぶたにく だいこん にもの 豚肉と大根の煮物 こまつな あもの 小松菜の和え物 かきたま汁	えんどう 塩蔵わかめ なんと ぶたにく 鶏卵 削り節 木綿豆腐 だし昆布	だいこん 根深ねぎ にんにく しょうが こまつな たまねぎ にんじん 葉ねぎ	三温糖 ごま油 でんぷん いりごま 上白糖
20 水	みそラーメン ちゅうがっこう (中学校のみ)たまご焼き ぼんかん	とりにく やまがた しる 鶏肉 焼豚 白みそ みそ スープベース たまご焼き	はくさい にんじん たまねぎ とうもろこし もやし 根深ねぎ きくらげ ぼんかん	米ぬか油 グラニュー糖 ミニ あげパン 中華めん ごま油 でんぷん
21 木	さんまのかぼす煮 みずな 水菜とたくあんのごま和え こうやどうふ 高野豆腐の五目煮	さんま かぼすレモン煮 こうやどうふ とりにく 削り節 鶏肉	みずな せんざり 干切だいこん漬 こんにやく たまねぎ たけのこ水煮 さやいんげん	いりごま 米ぬか油 三温糖
22 金	カレーライス やさい 野菜サラダ こぶくろ わふう (小袋和風ドレッシング)	ぎゅうにく 牛肉 チキンハム	にんじん たまねぎ ブロッコリー マッシュルーム ケチャップ 赤ピーマン きゅうり りんご	米ぬか油 カレーフレーク ココナツミルク じゃがいも 和風ドレッシング
25 月	かす じる 汁うどん うみ はたけ 海と畑のサラダ	ぶたにく あがら 豚肉 油揚げ みそ 乾しひじき だし昆布 削り節 まぐろ油漬	にんじん ごぼう 葉ねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	りんごジャム 上白糖 冷凍うどん 酒かす
26 火	ほたるいかのかき揚げ おひたし とりだん 鶏団子スープ	ほたるいか 飯の素 鶏つくね えんどう 塩蔵わかめ スープベース	たまねぎ にんじん 葉ねぎ こまつな もやし はくさい チンゲンサイ	さつまいも 天ぷら粉 上白糖 米ぬか油
27 水	やし しやも 焼きししやも ほうれんそうの和え物 ぼたん汁 やさいふりかけ	ししやも いのしにく 猪肉 木綿豆腐 みそ 煮干し	ほうれんそう にんじん はくさい ごぼう 根深ねぎ やさいふりかけ	上白糖
28 木	ひめじ 姫路おでん ひねぼんサラダ	ぶたにく おさかな丸天 や 焼き竹輪 削り節 鶏肉	にんじん だいこん こんにやく しょうが きゅうり もやし キャベツ ゆず果汁	じゃがいも 三温糖 上白糖
29 金	はまちのかりん揚げ チンゲンサイのいりどりと和え ちよぼ汁 (小袋花かつお)	はまち ポークハム ささげ みそ 煮干し だし昆布 花かつお	しょうが キャベツ チンゲンサイ にんじん とうもろこし ずいき	でんぷん 米ぬか油 なめし 上白糖 白玉団子

※○印は、パン給食の日となっています。

※おはしは毎日きれいに洗って持ってきてましょう。

※材料等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。