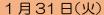
1月(第5週目)。2月(第1週目)の給食

1月30日(月)

カレーピラフ フライドポテト 野菜たっぷりポトフ



ごはん 人参みそつくね ブロッコリーのお浸し きのことコーンの 豆乳スープ

2月1日(水)

ゆかりごはん 肉じゃが 白菜とキャベツの おかか和え アシドミルク

2月2日(木)

ごはん 豚肉の生姜焼き 三色ナムル みそ汁

2月3日(金)

手巻き寿司 魚の竜田揚げ すまし汁 みかん









- ●血や肉をつくる● 豚ひき肉・鶏肉
- 熱や力の素になる 金芽米・植物油・じゃがいも
- ●体の調子を整える● 玉ねぎ・マッシュルーム・人参 パセリ・かぶ・キャベツ
- 血や肉をつくる● 豚ひき肉・豆乳・米みそ 調製豆乳
- 熱や力の素になる 金芽米・パン粉・三温糖
- ●体の調子を整える● 玉ねぎ・人参・生姜・ブロッコリー コーン・エリンギ・えのき しめじ・パセリ
- ●血や肉をつくる● しらす干し・牛肉・糸かつお アシドミルク
- 熱や力の素になる 金芽米・白ごま・じゃがいも 植物油・砂糖
- ●体の調子を整える● 玉ねぎ・人参・グリンピース 白菜・キャベツ
- ●血や肉をつくる 豚肉・味噌・いりこ
- 熱や力の素になる 金芽米・砂糖・植物油・白ごま ごま油
- ●体の調子を整える● 玉ねぎ・人参・生姜 ほうれん草・もやし・えのき
- ●血や肉をつくる● 鶏ひき肉・海苔・鯖・わかめ かつお節・昆布
- 熱や力の素になる 金芽米·砂糖·片栗粉·植物油 焼きふ
- 体の調子を整える● 干し椎茸・人参・絹さや・生姜 えのき・みかん

