

2023年1月		給食 だよ!				
月	火	水	木	金	土	日
 				 	1 元日	
2 ふりかえきゅうじつ 振替休日 	3 	4 ごはん 御飯 ぶりのゆげ焼き <small>ゆげあんや</small> 切り昆布の漬物 <small>きんぷにもの</small> おくらの山萮和え <small>わさびあ</small> 味噌汁 <small>みそしる</small> 577Kカロリー	5 味噌煮込みうどん <small>みそにこ</small> きのこの山萮和え <small>さんしよあ</small> フルーツカクテル 571Kカロリー	6 パン 千キンカツ <small>とうがん</small> 冬瓜のコンソメ煮 <small>に</small> ミネストローネ オレンジ 588Kカロリー	7	8
9 	10 ごはん 御飯 <small>さわら</small> 鯛の中華蒸し <small>ちゅうかむ</small> ごぼうの胡麻マヨ和え <small>ごまあ</small> すまし汁 <small>じる</small> パナナ 591Kカロリー	11 パン クリームシチュー カクテルサラダ りんご 595Kカロリー	12 かき揚げそば <small>あ</small> 松風焼き <small>まつかぜ</small> キウイ&黄桃 <small>おうとう</small> 743Kカロリー	13 ◆◇新年会◇◆ <small>しんねんかい</small> お赤飯 鶏肉の唐揚げ 春雨サラダ <small>せきはん とりにく からあ はるさめ</small> 赤魚の若狭焼き 草鞋の炊き合わせ <small>あかうお わかさや くるあ たあ</small> かまぼこ かきたま汁 梅ゼリー <small>じる うめ</small> 674Kカロリー	14	15
16 パン マカロニグラタン 海藻サラダ コンソメスープ パナナ 642Kカロリー	17 ごはん 御飯 <small>ちや</small> 茶わん蒸し <small>む</small> 鯛の味噌煮 <small>さば みそに</small> すまし汁 <small>じる</small> みかん缶 581Kカロリー	18 中華丼 <small>ちゅうかどん</small> 中華丼 <small>はるま</small> 春巻き <small>ちゅうか</small> 中華スープ <small>かん</small> パイン缶 729Kカロリー	19 ごはん 御飯 <small>て</small> ぶりの照り焼き <small>や</small> もやしのオイスターソテー <small>みそしる</small> 味噌汁 フルーツカクテル 624Kカロリー	20 カレーうどん 法蓮草のおかか和え <small>ほうれんそう あ</small> オレンジ 529Kカロリー	21	22
23 ごはん 御飯 <small>ぶたにく</small> 豚肉と春雨の炒め物 <small>はるさめ</small> <small>いた</small> <small>もの</small> 白菜の柚子浸し <small>はくさい</small> <small>ゆずひた</small> 中華スープ <small>ちゅうか</small> 黄桃 <small>おうとう</small> 640Kカロリー	24 たき込み御飯 <small>た</small> <small>こ</small> <small>ごはん</small> 鯛の大和蒸し <small>さわら やまとむ</small> ひじきサラダ 味噌汁 <small>みそしる</small> りんご 592Kカロリー	25 和風おろしパスタ <small>わふう</small> 野菜野菜を浸し <small>やさいの や ひた</small> オニオンスープ フルーツカクテル 638Kカロリー	26 ごはん 御飯 <small>きりぼだいこん</small> アジフライ <small>あ もの</small> 切干大根の和え物 <small>あ</small> すまし汁 <small>じる</small> オレンジ 686Kカロリー	27 パン 鶏肉のトマト煮 <small>とりにく</small> <small>に</small> ポテトサラダ パナナ 615Kカロリー	28	29
30  焼きそば <small>や</small> わかめの中萮和え <small>ちゅうかあ</small> 中華スープ マンゴー 692Kカロリー	31 ごはん 御飯 <small>さば</small> 鯛の治部煮 <small>じぶに</small> 人参しりしり <small>にんじん</small> 味噌汁 <small>みそしる</small> フルーツカクテル ★キャラメルプリン 713Kカロリー	*メニューは変更になる場合があります。  お誕生日メニューです				