

月	火	水	木	金
<p>あけまして おめでとう!</p>	<p>1/26~1/30のごはんは 自然由来の肥料も組み合わせ て生産された特別栽培米を使 用しますのでお楽しみに!</p>	<p>7 始業式 コッペパン チョコクリーム 牛肉と4種類のトマトミルク煮 レモン風味のコールスローサラダ</p>	<p>8 ごはん 鶏のチリソース風 大豆サラダ 中華風わかめスープ</p>	<p>9 ごはん 豚肉きんぴらごぼう 春菊のみそ汁 ヨーグルト</p>
<p>12 成人の日</p>	<p>13 五目おこわ おさかなナゲット 青菜とえのきのおかか和え みぞれ汁</p>	<p>14 ミルク食パン 豆乳シチュー カリフラワーのサウザンサラダ プリンタルト</p>	<p>15 ごはん 魚のみそマヨネーズ焼き ブロッコリー添え せんべい汁</p>	<p>16 ごはん 八宝菜 サンラータン</p>
<p>19 ごはん 鶏肉のすき焼き風 大豆と根菜のうま煮</p>	<p>20 豆乳担々風うどん オーロラサラダ いちご</p>	<p>21 きなこ揚げパン エリンギ入り肉野菜炒め 角切りベーコンのコンスープ</p>	<p>22 ごはん ふりかけ 豚肉のしょうが焼き 切り干し大根と昆布の炒め煮</p>	<p>23 ごはん 鶏肉と高野豆腐の照り煮 かぼちゃのみそ汁</p>
<p>26 ごはん 治部煮風 小松菜としめじのごま和え 野菜と果物のゼリー</p>	<p>27 さつまいもとベーコンのバターごはん メンチカツ ブロッコリー添え かぶのコンソメスープ</p>	<p>28 ミルクロール ジャム チキンとさつまいものマヨ焼き 肉団子と野菜のスープ</p>	<p>29 ごはん ふりかけ 家常豆腐 めった汁</p>	<p>30 ごはん 鮭の西京焼き 卵の花 れんこんのすり流しみそ汁</p>

- \* 毎日、牛乳がつけます。
- \* 小学部の4~6年生(基準量:650kcal)に対して中・高等部のエネルギー量は約2割増し、小学部1~3年生は約3割減です。
- \* 材料などの都合でその日の献立が変更になる場合もあります。その時はご了承ください。



★ 食べ物を大切にして感謝して食べよう!

いよいよ新しい年が始まりました。冬休み中はお正月の料理やおもてなし料理を食べる機会もたくさんあったと思います。このような時期は大めに料理が並んで食べきれなくなりがちです。作ってくれた人に感謝して料理の食べきりを心がけましょう。また、食品が無駄にならないように期限を確認して使う順番を決めると良いですね。

ありがとう

