

1



# 1月きゅうしよくこんだてひょう

日曜日	曜日	ゆめよく	パンごはんつけもの	きゅう	おかず	デザート	きゅうしよくもくひょう
8	木	はいがごぼん			・にくじゃがい ・じゃこのあめに	しわたせんざい	<p>自然の恵みと勤勞の大切さを知り感謝の気持ちをもち、食事を通して、給食調理員さんや当番に感謝する気持ちをもちましょう。</p> <p>自然の恵みに感謝し、食べものを大切にしましょう。</p>
9	金	あげパン			・にくだんごとはくさいのスー ・ベビーチーズ	みかん	
13	火	はいがごぼん			・ぶりだいこん ・とんじる なっとう		
14	水	ロールパン			・かわりごもくまめ ・みすなのスー		
15	木	はいがごぼん			・さけそぼろ なます ・しわたまごうに		
16	金	まんじう			ごもくやきそば	あんぱん どらふ	
19	月	はいがごぼん			・とんカツ ・みそしる		
20	火	しやくパン			・イタリアンペースト ・やさいのスーに	アイス デザート	
21	水	せりあにきり			・すいとん ・そくせきづけ	みかん	
22	木	ロールパン			・こいわしのからあげ ・たまごスー・じゃがいものソテー		
23	金	はいがごぼん			・すきやきふうに ・きりほしだいこんのもの		
26	月	むぎごぼん			・ポークカレー ・かいそうサラダ	アールン はっごう	
27	火	むぎごぼん			・マーボーどらふ ・ちゅうかいあえ		
28	水	くろパン			・ビーンズシチュー ・ごぼうサラダ	りんご	
29	木	はいがごぼん	ごましお		・ちくぜんに ・かられじょうゆあえ		
30	金	サンドパン			・さかなフライ・ポールドキャベツ ・カレーヌドルスー		

## 春の七草 していますか？

1月7日の朝「春の七草」をおかゆに入れて食べると病気を防ぐといわれています。

