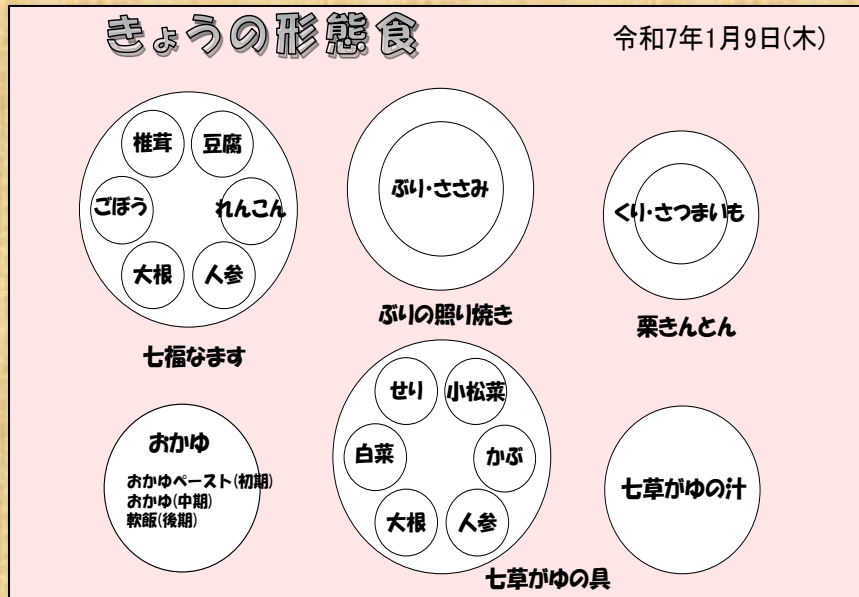


1月9日(木)

牛乳  
七草がゆ  
ぶりの照り焼き  
七福なます  
栗きんとん

春の七草の中から、せり、すずな、すずしろを使ったおかゆと、おせちとしても食べられる縁起の良い料理の献立です。



普通食



後期食



中期食



初期食



※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月10日(金)

牛乳  
ごはん  
みそ汁(白菜、しめじ)  
松風焼き  
小松菜のアーモンド和え  
ぜんざい

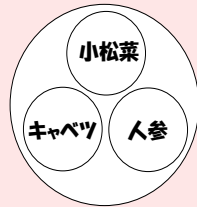
今日は鏡開きです。鏡もちを使ってお雑煮やぜんざいを食べる習慣があります。もちは粘りが強く冷えるとかたく飲み込みにくいので、今日は麩を使いました。

後期食

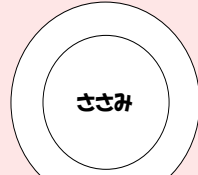


きょうの形態食

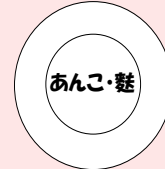
令和7年1月10日(金)



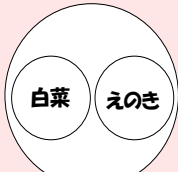
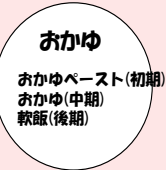
小松菜のごま和え



松風焼き



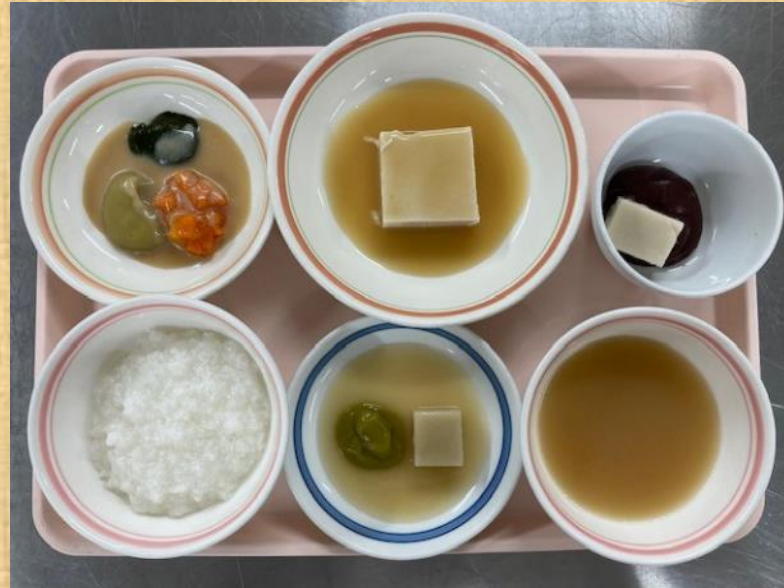
ぜんざい



汁の具



中期食



普通食



初期食



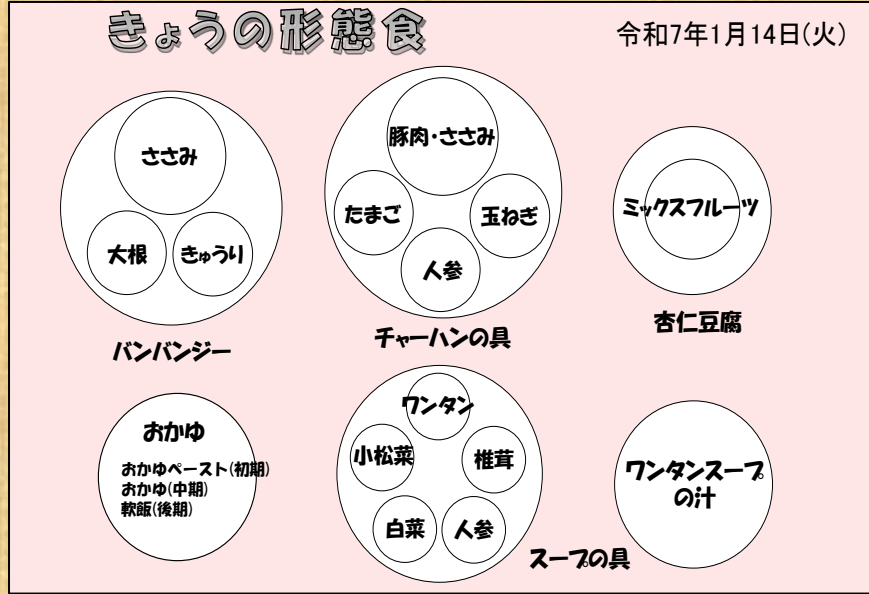
※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月14日(火)

牛乳  
チャーハン  
ワンタンスープ  
バンバンジー  
杏仁豆腐

バンバンジーは棒棒鶏と書き、鶏肉をやわらかくするために棒でたたいたことから名付けられました。ごまたっぷりのたれで食べます。



普通食



後期食



中期食



初期食



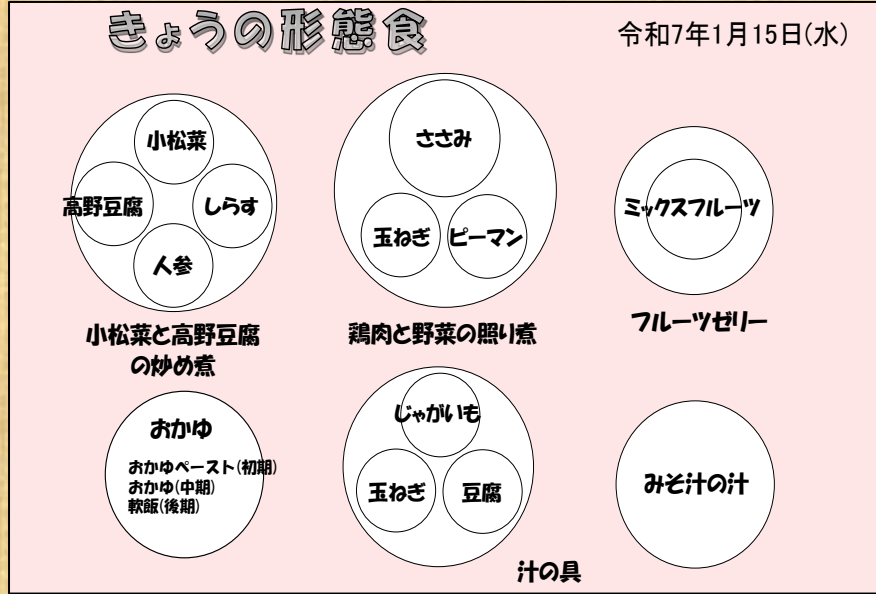
※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月15日(水)

牛乳  
ごはん  
みそ汁(じゃがいも、玉葱)  
鶏肉と野菜の照り煮  
小松菜と高野豆腐の炒め煮  
フルーツゼリー

今日の副菜は、小松菜、にんじん、高野豆腐、しらすの炒め煮です。カルシウムがたっぷりとれるおかずです。



普通食



後期食



中期食



初期食



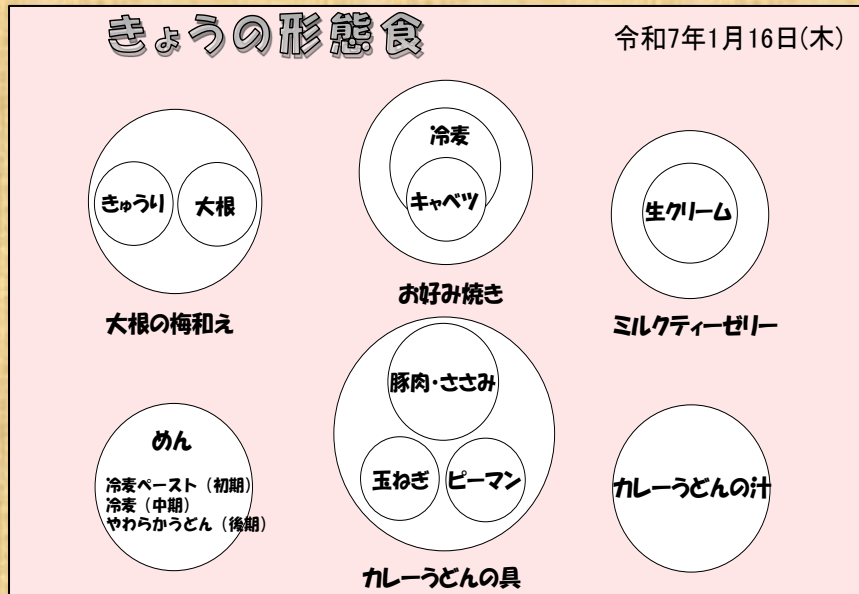
※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月16日(木)

牛乳  
カレーうどん  
お好み焼き  
大根の梅和え  
ミルクティーゼリー

給食のお好み焼きは、長芋入りの生地とキャベツや豚肉を混ぜ、鉄板に流してオーブンで焼いて切り分けて出します。



普通食



後期食



中期食



初期食



※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月17日(金)

### 【青森県の郷土料理】

牛乳  
 ごはん  
 けの汁  
 白身魚の甘酢あんかけ  
 しょうがみそおでん  
 りんごのコンポート

けの汁は青森ではお正月などおめでたい時に食べる汁物です。おでんはしょうがの入ったみそをかけて食べます。青森の果物といえば、りんごですね。

### 後期食



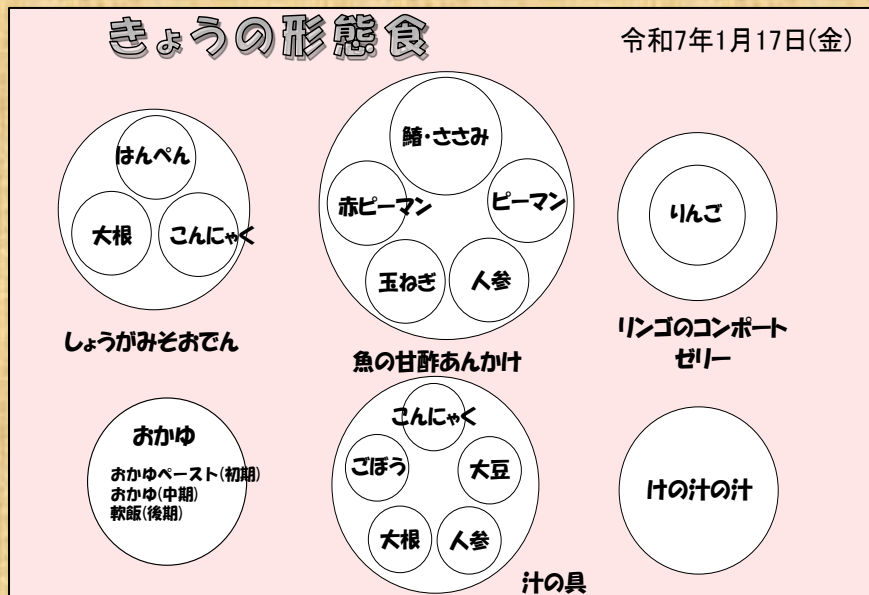
### 中期食



### 普通食



### 初期食



※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月20日(月)

牛乳  
ごはん  
みそ汁(わかめ、玉ねぎ)  
チーズハンバーグ  
フライドポテト  
お浸し

ハンバーグの中には、ごろっと角切りチーズが入っています。  
形態食はクリームチーズを添えています。

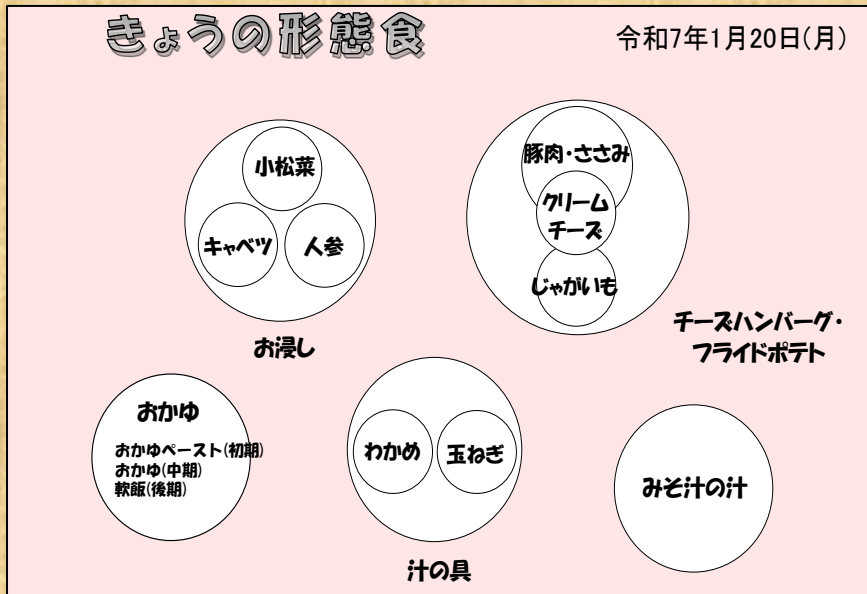
後期食



中期食



普通食



初期食



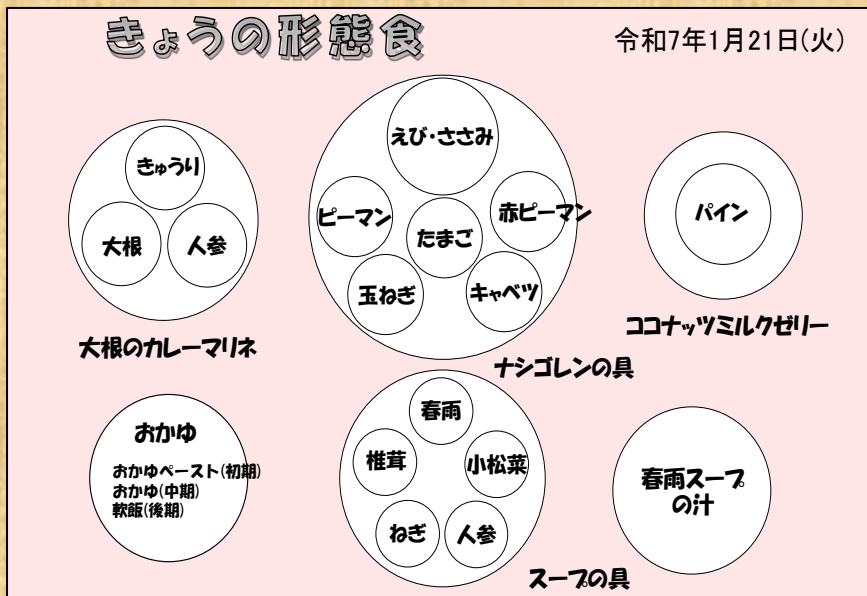
※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月21日(火)

牛乳  
ナシゴレン  
春雨スープ  
切干大根のカレーマリネ  
ココナッツミルクゼリー

ナシゴレンは、インドネシアやマレーシアの焼き飯です。目玉焼きや生野菜を添えて食べます。切干大根はマリネ液(酢、塩、砂糖)にカレー粉を入れて漬けたものです。



普通食



後期食



中期食



初期食



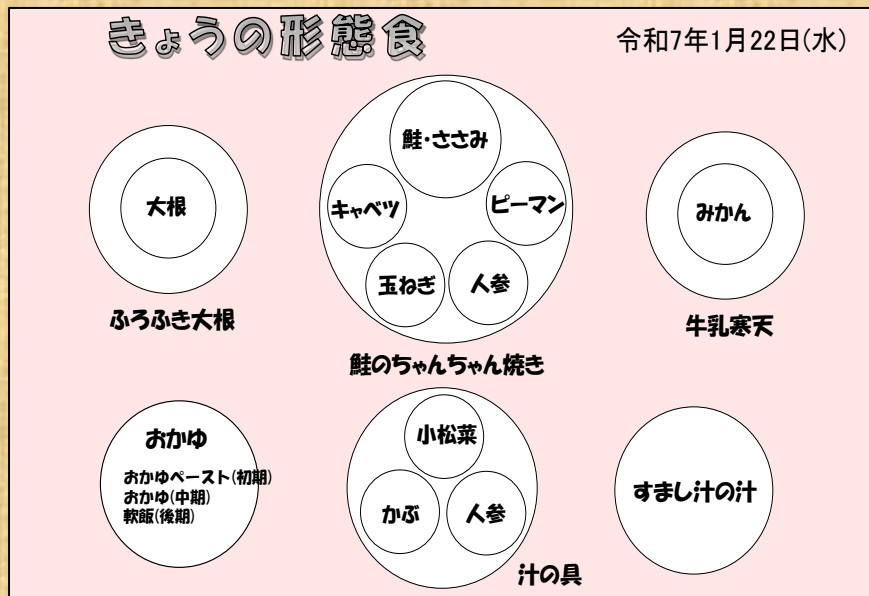
※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月22日(水)

牛乳  
ごはん  
すまし汁(かぶ、人参、小松菜)  
鮭のちゃんちゃん焼き  
ふろふき大根  
牛乳寒天

寒くなると大根は甘くなります。だしで軟らかく煮てみそで食べる、ふろふき大根のような、大根が主役の料理もおいしい季節です。



普通食



後期食



中期食



初期食



※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつけます。



1月23日(木)

牛乳  
三色丼  
みそけんちん汁  
即席漬け  
金時豆の甘煮

鶏そぼろ、いり卵、ほうれん草の  
ごま和えの色どりがきれいな三色  
丼です。

後期食



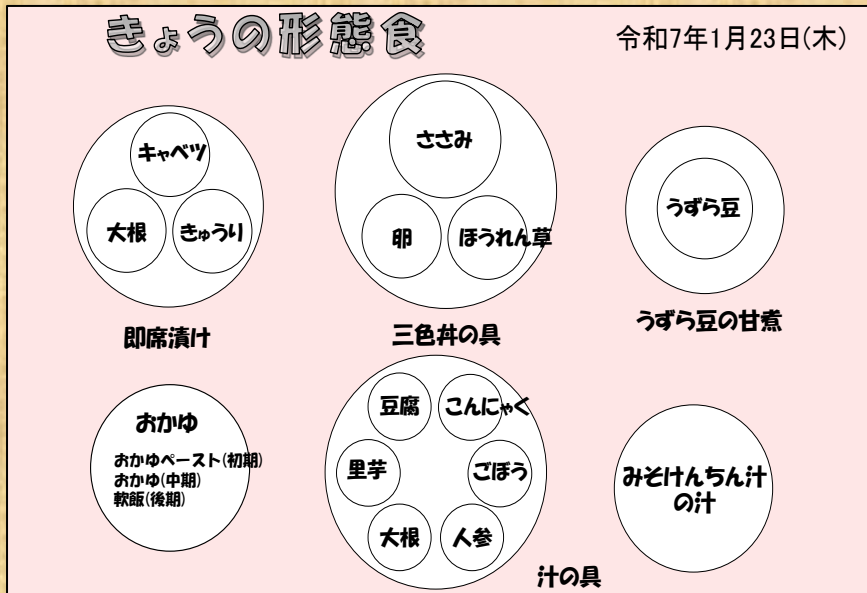
中期食



普通食



初期食



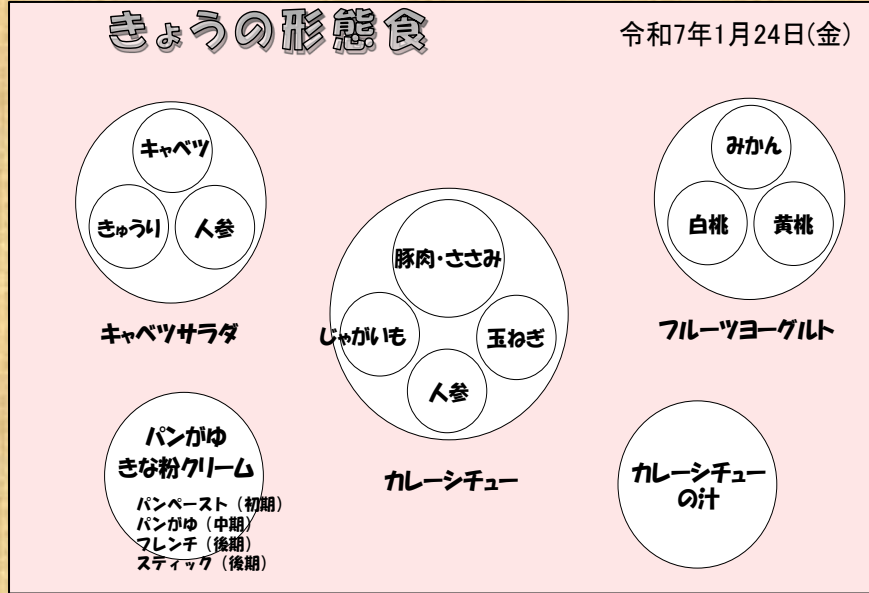
※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月24日(金)

牛乳  
きな粉揚げパン  
カレーシチュー  
キャベツサラダ  
フルーツヨーグルト

1月24日から30日は全国学校給食週間です。  
今日は、約70年前に考案された揚げパン  
です。そのころ給食は毎日パンでした。  
きな粉と砂糖をまぶしたパンは大人気メ  
ニューになったそうです。



普通食



後期食



中期食



初期食



※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月27日(月)

牛乳  
ごはん  
みそ汁(大根、油揚げ)  
豚肉の柳川煮  
小松菜の磯和え  
芋ようかん

柳川煮は豚肉とごぼうを甘辛く煮て卵でとじた料理で、ドジョウの柳川鍋に由来しています。芋ようかんは浅草発祥のお菓子です。

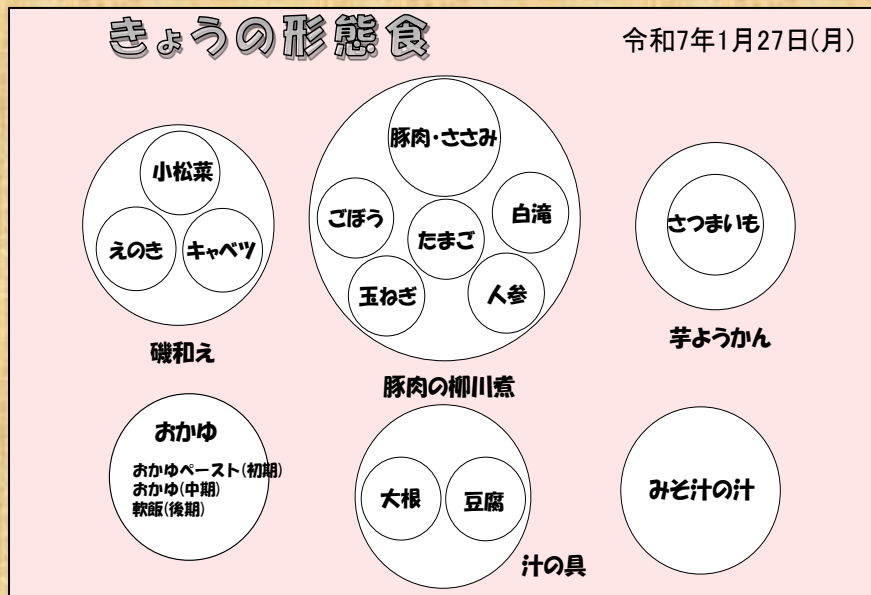
後期食



中期食



普通食



初期食



※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



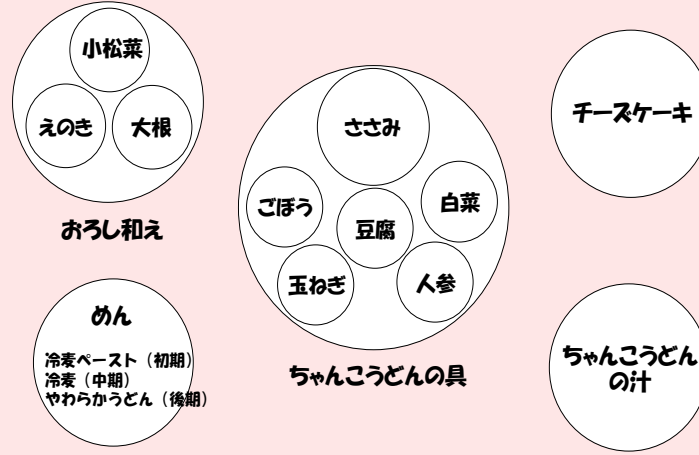
1月28日(火)

牛乳  
ちゃんこうどん  
おろし和え  
米粉のチーズケーキ

「ちゃんこ」は相撲部屋で力士が作る料理のことです。ちゃんこ鍋が有名で、いろいろな種類の肉や野菜が入っていて、栄養バランスも良い料理です。ちゃんこ鍋のように多くの食材を煮込んだうどんにしました。

### きょうの形態食

令和7年1月28日(火)



### 普通食



### 後期食



### 中期食



### 初期食



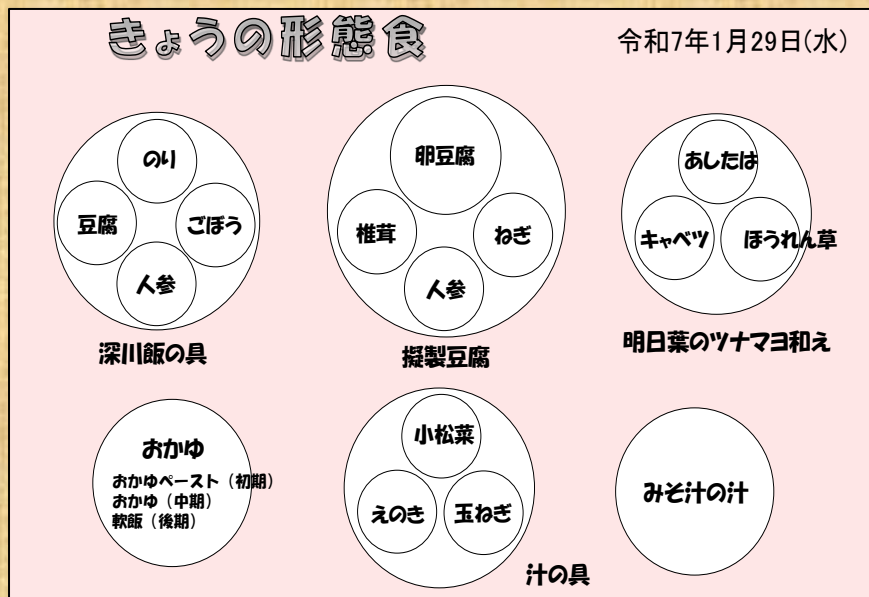
※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月29日(水)

牛乳  
深川飯  
みそ汁(小松菜、玉ねぎ)  
擬製豆腐  
糸寒天と明日葉のツナマヨ和え

深川飯は江戸の漁師料理で、貝をごはんに炊き込むものと、貝入りの汁をご飯にかけて食べるものがあります。糸寒天と明日葉は、伊豆諸島の特産品です。



普通食



後期食



中期食



初期食



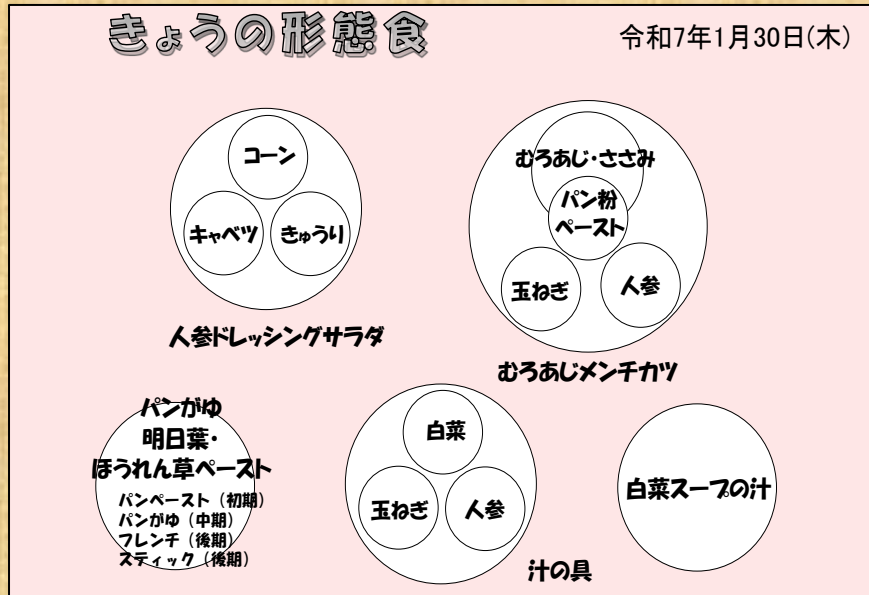
※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつきます。



1月30日(木)

牛乳  
あしたばパン  
白菜スープ  
むろあじメンチカツ  
人参ドレッシングサラダ

伊豆諸島近海でとれたむろあじを八丈島で加工したすり身を使い、メンチカツにしました。ふんわりさっぱりした味わいです。



普通食



後期食



中期食



初期食



※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつかます。



1月31日(金)

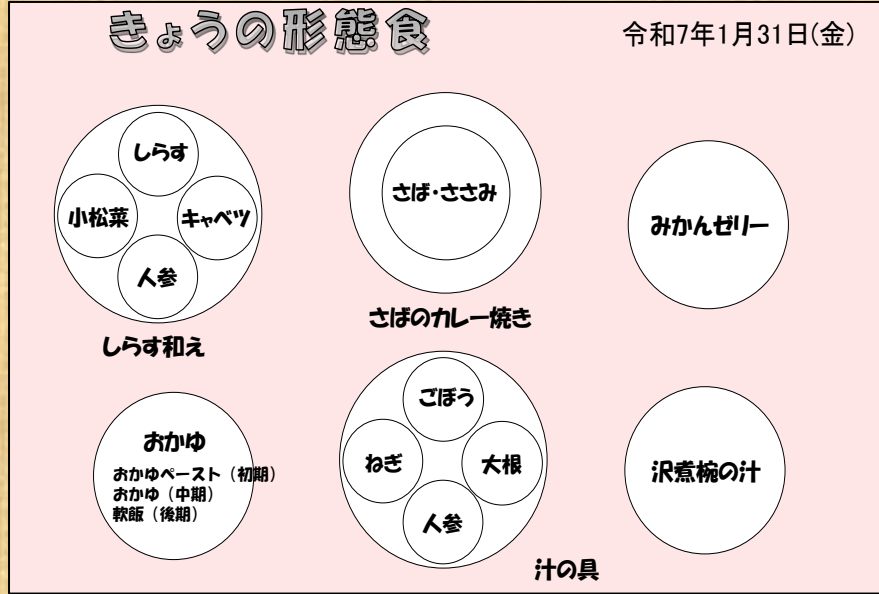
牛乳  
ごはん  
沢煮椀  
さばのカレー焼き  
しらす和え  
花みかん

魚に、しょうゆ、塩、カレー粉、酒で下味をつけ、カレー粉を混ぜた小麦粉をふって焼いたカレー焼きは、魚が苦手でも食べやすい料理です。

後期食



※普通食には牛乳が、形態食には牛乳または牛乳寒天がつかます。



中期食



普通食



初期食

