



# 平成28年1月 きゅうしょくだより (幼稚園)

◆:よくかんでたべよう。 ※物資の都合等により、変更する場合があります。

ひ	ようび	こんだてめい	き	おもにエネルギーのもとになる	あ	おもにからだをつくるものとなる	みどり	おもにからだのちょうしをととのえるものとなる
13	水	そぼろどんぶり ぎゅうにゅう だいこんのみそしる ヨーグルト	ごはん さとう でんぶん あぶら	ごはん さとう でんぶん あぶら	ぎゅうにゅう たまご あぶらあげ とうふ わかめ みそ とりにく ヨーグルト	ぎゅうにゅう たまご あぶらあげ とうふ わかめ みそ とりにく ヨーグルト	だいこん にんじん しょうが えのきたけ ねぎ さやいんげん	だいこん にんじん しょうが えのきたけ ねぎ さやいんげん
14	木	やきビーフン ぎゅうにゅう ごぼうサラダ◆ ウインナーのケチャップソース	ビーフン ごまあぶら さとう マヨネーズ	ビーフン ごまあぶら さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう いか ぶたにく ポークウインナー ポークハム みそ	ぎゅうにゅう いか ぶたにく ポークウインナー ポークハム みそ	キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ほししいたけ コーン にんにく しょうが ごぼう きゅうり	キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ほししいたけ コーン にんにく しょうが ごぼう きゅうり
15	金	わかめごはん ぎゅうにゅう ハタハタのなんばんづけ◆ ほうれんそうのにびたし とうふじる	ごはん でんぶん あぶら さとう	ごはん でんぶん あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ とうふ あぶらあげ みそ ハタハタ かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ とうふ あぶらあげ みそ ハタハタ かつおぶし	たまねぎ にんじん もやし えのきたけ ねぎ ほうれんそう	たまねぎ にんじん もやし えのきたけ ねぎ ほうれんそう
18	月	パン ぎゅうにゅう とりにくのマーマレードに キャベツとハムのごまあえ ミネストローネ	パン じゃがいも マカロニ ごま	パン じゃがいも マカロニ ごま	ぎゅうにゅう だいす ベーコン とりにく チキンハム	ぎゅうにゅう だいす ベーコン とりにく チキンハム	たまねぎ にんじん セロリー さやいんげん トマト みかん なつみかん にんにく キャベツ こまつな オレンジ	たまねぎ にんじん セロリー さやいんげん トマト みかん なつみかん にんにく キャベツ こまつな オレンジ
19	火	こくとうパン ぎゅうにゅう オムレツのあますあんかけ さんしょくあえ はるさめスープ	パン ころざとう はるさめ でんぶん さとう	パン ころざとう はるさめ でんぶん さとう	ぎゅうにゅう たまご ポークハム わかめ かつおぶし	ぎゅうにゅう たまご ポークハム わかめ かつおぶし	もやし にんじん はくさい ほししいたけ ねぎ たまねぎ ピーマン あかピーマン こまつな	もやし にんじん はくさい ほししいたけ ねぎ たまねぎ ピーマン あかピーマン こまつな
20	水	ごはん ぎゅうにゅう さけのみそマヨネーズやき くろまめのにまめ ゆばのすましじる	ごはん ふ マヨネーズ さとう	ごはん ふ マヨネーズ さとう	ぎゅうにゅう ゆば さけ みそ くろまめ	ぎゅうにゅう ゆば さけ みそ くろまめ	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ コーン	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ コーン
21	木	パン ぎゅうにゅう ささみフライ きりぼしだいこんのソースいため かぼちゃのポターージュ	パン じゃがいも バター あぶら さとう こむぎこ パンこ	パン じゃがいも バター あぶら さとう こむぎこ パンこ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ キャベツ ねぎ きりぼしだいこん	かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ キャベツ ねぎ きりぼしだいこん
22	金	カレーライス ぎゅうにゅう ほしのコロツケ みかん チンゲンサイのじゃこあえ◆	ごはん じゃがいも あぶら さとう でんぶん パンこ こむぎこ	ごはん じゃがいも あぶら さとう でんぶん パンこ こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく しらすほし とりにく	ぎゅうにゅう ぶたにく しらすほし とりにく	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが もやし チンゲンサイ みかん	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが もやし チンゲンサイ みかん
25	月	ごはん ぎゅうにゅう にこみハンバーグ かぶのスープ ごぼうとツナのサラダ◆	ごはん パンこ さとう でんぶん マヨネーズ	ごはん パンこ さとう でんぶん マヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン ツナ とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう ベーコン ツナ とりにく ぶたにく	にんじん たまねぎ コーン かぶ パセリ セロリ マッシュルーム グリーンピース ごぼう キャベツ	にんじん たまねぎ コーン かぶ パセリ セロリ マッシュルーム グリーンピース ごぼう キャベツ
26	火	パン ぎゅうにゅう たいしみそやきそば はるまき チンゲンサイのスープ いちごジャム	パン ちゅうかめん さとう あぶら ごま でんぶん こめこ ジャム はるさめ こむぎこ	パン ちゅうかめん さとう あぶら ごま でんぶん こめこ ジャム はるさめ こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく みそ	はくさい にんじん しょうが にんにく ほししいたけ チンゲンサイ たまねぎ キャベツ もやし ねぎ りんご いちご	はくさい にんじん しょうが にんにく ほししいたけ チンゲンサイ たまねぎ キャベツ もやし ねぎ りんご いちご
27	水	ごはん ぎゅうにゅう さばのしょうがに キャベツのうめあえ むさしじる あじつけのり	ごはん そうめんパチ さといも さとう あぶら	ごはん そうめんパチ さといも さとう あぶら	ぎゅうにゅう みそ さば かつおぶし のり	ぎゅうにゅう みそ さば かつおぶし のり	にんじん だいこん はくさい ねぎ しょうが キャベツ きゅうり うめほし りんご	にんじん だいこん はくさい ねぎ しょうが キャベツ きゅうり うめほし りんご
28	木	パン ぎゅうにゅう にくだんこのソースに (3こ) チンゲンサイのごまあえ ぶたもやしスープ	パン ごま でんぶん ごまあぶら さとう あぶら	パン ごま でんぶん ごまあぶら さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし みそ とりにく	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし みそ とりにく	もやし キャベツ にんじん ねぎ にんにく しょうが チンゲンサイ はくさい たまねぎ	もやし キャベツ にんじん ねぎ にんにく しょうが チンゲンサイ はくさい たまねぎ
29	金	ごはん ぎゅうにゅう キムタクいため かきたまじる さつまいもとじゃことだいすのあげに◆	ごはん でんぶん ごまあぶら さとう さつまいも あぶら	ごはん でんぶん ごまあぶら さとう さつまいも あぶら	ぎゅうにゅう たまご とうふ ぶたにく かたくちいわし だいす	ぎゅうにゅう たまご とうふ ぶたにく かたくちいわし だいす	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ たくあん はくさいキムチ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ たくあん はくさいキムチ

1月24日から1月30日  
は **全国学校給食週間**

## 西播磨地区の給食メニューが登場！！

全国学校給食週間にちなんで、西播磨各地区の給食メニューを実施します。お楽しみに♪

- 1月21日(木)きりぼしだいこんのソースいため(赤穂郡上郡町)
  - 26日(火)太子みそやきそば(揖保郡太子町)
  - 27日(水)キャベツのうめあえ(宍粟市千種町)
  - 28日(木)ぶたもやしスープ(相生市)
  - 29日(金)キムタクいため(赤穂市)
- さつまいもとじゃことだいすのあげに(たつの市)