

24/01/10 (水)	
1	ツナサラダドッグ
2	牛乳
3	冬野菜のポトフ
4	ぼんかん

24/01/11 (木)	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	ぶりの照り焼き
4	黒豆
5	紅白なます
6	雑煮

24/01/12 (金)	
1	中華飯
2	牛乳
3	フライドポテト

24/01/15 (月)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	いかのフライ
4	ソース
5	添え野菜
6	ミネストローネ

24/01/16 (火)	
1	減量麦ごはん
2	牛乳
3	カレーうどん
4	ごま酢和え
5	昆布の佃煮

No	食品名
1	コッペパン キャベツ きゅうり 玉ねぎ まぐろオイル漬 サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう マヨドレ
2	牛乳
3	サラダ油 セロリー ベーコン にんじん 玉ねぎ ベイリーフ だし用かつお節 じゃがいも かぶ うすくちしょうゆ 天塩 白こしょう ブロッコリー
4	ぼんかん

No	食品名
1	米
2	牛乳
3	ぶり (大分) こいくちしょうゆ 酒 みりん
4	黒大豆 さとう 天塩
5	金時にんじん だいこん 天塩 米酢 さとう ごま
6	だし用かつお節 にんじん はくさい さといも 煮込みもち 木綿豆腐 天塩 こいくちしょうゆ ねぎ

No	食品名
1	米 麦 サラダ油 にんにく おたふく生姜 豚小間切れ肉 酒 いか短冊 (青森) 軸なし干ししいた にんじん たけのこ水煮 玉ねぎ 天塩 白こしょう はくさい みりん うすくちしょうゆ でん粉 うずら卵水煮 ねぎ
2	牛乳
3	じゃがいも てんぷら油 天塩

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	いか切り身 (青森) しお 白こしょう 白ワイン 小麦粉 でん粉 サラダ油 パン粉 (乾) てんぷら油
4	中濃ソース
5	キャベツ
6	サラダ油 セロリー にんにく 豚小間切れ肉 白ワイン ベーコン ベイリーフ だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ じゃがいも 天塩 白こしょう トマト煮

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	サラダ油 豚小間切れ肉 酒 だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ 油あげ 天塩 こいくちしょうゆ みりん カレー粉 でん粉 根深ねぎ うどん
4	キャベツ にんじん もやし さとう うすくちしょうゆ 米酢 ごま
5	松葉昆布 酒 米酢 こいくちしょうゆ みりん さとう

24/01/17 (水)	
1	黒糖パン
2	牛乳
3	ハンバーグ
4	照り焼きソース
5	粉ふきいも
6	白菜スープ

24/01/18 (木)	
1	白米
2	牛乳
3	ちくわのパン粉焼き
4	小松菜とキャベツの磯辺和え
5	ひじきの炒り煮

24/01/19 (金)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	ししゃものから揚げ
4	しおキャベツ
5	わかめのみそ汁

24/01/22 (月)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	鯖の西京焼き
4	ゆかり和え
5	れんこんきんぴら

24/01/23 (火)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	豆腐田楽
4	なばなのごま和え
5	牛汁 いがスマイル給食

No	食品名
1	黒糖パン
2	牛乳
3	牛ミンチ 豚ミンチ 白こしょう 天塩 ナツメグ 木綿豆腐 玉ねぎ パン粉
4	こいくちしょうゆ さとう みりん でん粉
5	じゃがいも しお 白こしょう サラダ油 鶏ももあられ切り 酒 ベイリーフ だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ 天塩 うすくちしょうゆ はくさい

No	食品名
1	米
2	牛乳
3	ちくわ マヨドレ パセリ サラダ油 パン粉
4	こまつな キャベツ うすくちしょうゆ 角きざみのり
5	サラダ油 鶏もも小切り肉 酒 糸こんにゃく こいくちしょうゆ 大豆 みりん サラダ油 ひじき ごぼう にんじん さとう

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	ししゃも (アイスランド) 酒 でん粉 てんぷら油
4	キャベツ うすくちしょうゆ サラダ油 ごま油 ごま
5	だし用かつお節 玉ねぎ えのきたけ 木綿豆腐 白みそ 赤みそ カットわかめ ねぎ

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	鯖 (ノルウェー) 白みそ 酒 さとう みりん
4	キャベツ きゅうり しそ粉 しお
5	サラダ油 おたふく生姜 豚ももせん切り肉 こいくちしょうゆ 酒 サラダ油 れんこん にんじん 糸こんにゃく さとう ごま油 ごま

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	赤みそ さとう みりん 木綿豆腐
4	なばな はくさい うすくちしょうゆ ごま
5	牛スライス小切り 酒 だし用かつお節 ごぼう にんじん だいこん 油あげ 根深ねぎ 天塩 うすくちしょうゆ

24/01/24 (水)	
1	ミルクパン
2	牛乳
3	ザンギ
4	ビーンズサラダ
5	ポテトスープ

24/01/25 (木)	
1	白米
2	牛乳
3	鮭の塩焼き
4	白菜とたくあんの浅漬け
5	すいとん

24/01/26 (金)	
1	五目ご飯
2	牛乳
3	もやしとツナのあえもの
4	芋煮

24/01/29 (月)	
1	肉ごぼうごはん
2	牛乳
3	卵スープ
4	でっちゃんかん いがスマイル給食

24/01/30 (火)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	鶏ちゃん
4	ごぼうサラダ

No	食品名
1	ミルクパン
2	牛乳
3	鶏もも大切り肉 おたふく生姜 にんにく こいくちしょうゆ 酒 小麦粉 でん粉 てんぷら油
4	キャベツ にんじん 玉ねぎ 大豆 サラダビネガー 天塩 さとう 洋辛子 サラダ油
5	サラダ油 ベーコン ベイリーフ だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ じゃがいも 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ パセリ

No	食品名
1	米
2	牛乳
3	鮭(宮城) 酒 しお
4	はくさい にんじん 刻みたくあん うすくちしょうゆ
5	だし用かつお節 にんじん だいこん 油あげ 冷凍すいとん 白みそ ねぎ

No	食品名
1	米 だし用かつお節 こいくちしょうゆ 酒 みりん サラダ油 鶏ももあられ切り 生しいたけ ぶなしめじ 油あげ にんじん
2	牛乳
3	キャベツ にんじん もやし まぐろオイル漬 さとう うすくちしょうゆ 米酢 ごま油
4	豚小間切れ肉 酒 だし用かつお節 ごぼう にんじん さとも 板こんにやく さとう こいくちしょうゆ みりん ねぎ

No	食品名
1	米 麦 こいくちしょうゆ 酒 サラダ油 おたふく生姜 牛スライス小切り ごぼう にんじん 生しいたけ さとう みりん ごま
2	牛乳
3	ベイリーフ だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ はくさい 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ でん粉 鶏卵 ねぎ
4	粉寒天 こしあん 天塩

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	サラダ油 トウバンジャン にんにく 鶏もも小切り肉 酒 こいくちしょうゆ みりん 赤みそ にんじん 玉ねぎ もやし キャベツ ピーマン さとう 白こしょう
4	ごぼう さとう こいくちしょうゆ ホールコーン キャベツ サラダビネガー 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ サラダ油 ごま

24/01/31 (水)	
1	コッペパン
2	牛乳
3	かぶの豆乳クリームシチュー
4	ドレッシング サラダ

No	食品名
1	コッペパン
2	牛乳
3	サラダ油 鶏もも小切り肉 白ワイン セロリー 玉ねぎ にんじん じゃがいも かぶ 天塩 白こしょう ベイリーフ だし用かつお節 ホールコーン バター 小麦粉 牛乳 豆乳 生クリーム パセリ
4	キャベツ にんじん きゅうり サラダビネガー さとう 白こしょう 天塩 洋辛子 サラダ油