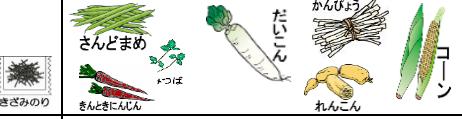
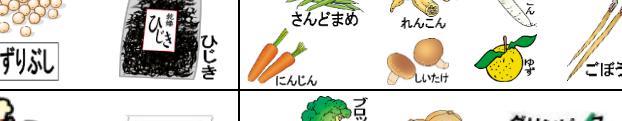
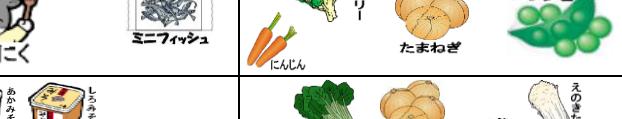
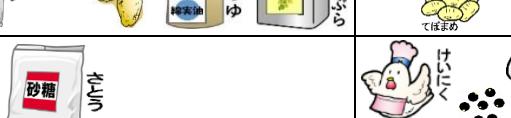
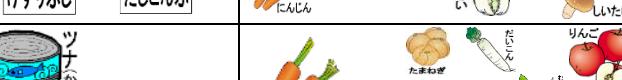
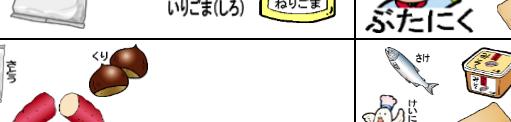
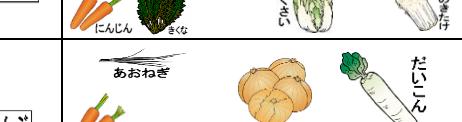
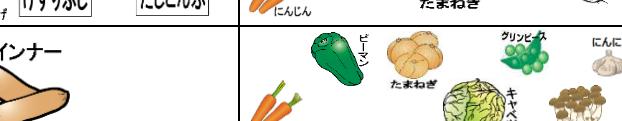
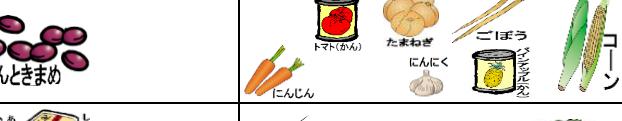
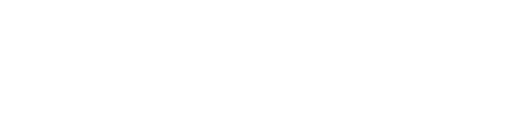


1月7日(木)～1月29日(金)

1月分きゅうしょくこんだてひょう

おおさかしりつ みなみつもり しょうがっこう

(よていですので、かわることがあります。)

| 日 ・ よう | パン・ ごはん | ぎゅう にゅう | パンの てんかぶつ | こんだてめい | き | あか | みどり |
|--------------|------------|--------------|----------------|--|--|---|---|
| き | あか | き | エネルギーのもとになる | | からだをつくるもとになる | からだのちようしをととのえる | |
| 7 ・ 木 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | れんこんのちらしづし ぞうに ごまめ |  |  |  |
| 8 ・ 金 | こくとうパン | 牛乳 ぎゅうにゅう | | ほたてがいのグラタン スープ わなしのかんづめ |  |  |  |
| 12 ・ 火 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | ちくぜんに ひじきまめ たいこんのゆずふうみ |  |  |  |
| 13 ・ 水 | こくとうパン | 牛乳 ぎゅうにゅう | | ビーフシチュー プロッコリーのサラダ ミニフィッシュ |  |  |  |
| 14 ・ 木 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | さばのカレーたつたあげ さつまいもとうすあげのみそしる はくさいとほうれんそうのにびたし |  |  |  |
| 15 ・ 金 | おさつパン | 牛乳 ぎゅうにゅう | | けいにくのオイスターソースやき ちゅうかスープ チンゲンサイとコーンのちゅうかあえ |  |  |  |
| 18 ・ 月 | コッペパン | 牛乳 ぎゅうにゅう | マーマレード オレンジ | あじのレモンマリネ てぼまめのスープに こけいチーズ |  |  |  |
| 19 ・ 火 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | おやこどんぶり すまじる くろまめのもの |  |  |  |
| 20 ・ 水 | こくとうパン | 牛乳 ぎゅうにゅう | | ミートボールとやさいのカレーに ツナとキャベツのソテー ^{りんご} |  |  |  |
| 21 ・ 木 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | ぶたにくのごまだれやき みそしる きくなとはくさいのおひたし |  |  |  |
| 22 ・ 金 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | けいにくのあまからやき かすじる くりきんとん |  |  |  |
| 25 ・ 月 | こくとうパン | 牛乳 ぎゅうにゅう | | けいにくのバーベキューソテー ^{ウインナー} ウインナーとキャベツのスープ やきじゃが |  |  |  |
| 26 ・ 火 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | いわしてんぷら あつあげとやさいのもの ごまひじき |  |  |  |
| 27 ・ 水 | コッペパン | 牛乳 ぎゅうにゅう | バター | ぶたにくとやさいのケチャップに カリフラワーのピクルス もものクラフティ |  |  |  |
| 28 ・ 木 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | ぎゅうにくときんときまめのカレーライス ごぼうサラダ パインアップルのかんづめ |  |  |  |
| 29 ・ 金 | ごはん | 牛乳 ぎゅうにゅう | | さごしのしょうゆだれかけ みそしる みずなのにびたし |  |  |  |