

1月の献立表

なかよし給食センター
 豊見城字豊見城493-2
 TEL: (098) 851-7944
 FAX: (098) 851-7945

2021年 1月(2品産地指定)

	献立名	食品名			おやつ (アレルギー表示)
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
1月1日(金)	ハヤシライス 白米	小麦粉(乳) 米	牛肉	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、グリーンピース	ホットケーキ&ゼリー 小麦・大豆・乳・卵
1月2日(土)	チキンシチュー 白米	小麦粉(乳)、じゃが芋 米	鶏肉	白菜、人参、しめじ、玉ねぎ、ブロッコリー	ミニたい焼き&ヨーグルト 小麦・大豆・乳・卵
1月3日(日)	ポークカレー 白米	小麦粉(乳) 米	ポーク(乳)	玉ねぎ、人参、ほうれん草、コーン	ビスケット&ゼリー 小麦・大豆・乳
1月4日(月)	おろしハンバーグ かぼちゃサラダ わかめのお味噌汁 白米	マヨネーズ(卵) 麩(小麦粉) 米	牛・豚(乳) ツナ(魚) 高野豆腐(大豆)、味噌(大豆)	大根おろし、万能ねぎ かぼちゃ、玉ねぎ、ほうれん草 わかめ、玉ねぎ、えのき、万能ねぎ	おにぎり わかめ
			豚肉、味噌(大豆) マグロ(乳・卵) ちくわ(魚)、豆腐(大豆)	なす、人参、玉ねぎ、パプリカ、ピーマン わかめ、玉ねぎ、万能ねぎ	カルピスゼリー 乳・大豆
1月6日(水)	マーボー豆腐 ごぼうサラダ 卵スープ 白米	片栗粉 ドレッシング(乳・卵)、ごま 米	豚ミンチ、豆腐(大豆) 鶏ささみ 卵	玉ねぎ、人参、椎茸、ニラ ごぼう、人参、きゅうり、コーン、枝豆 わかめ、白ネギ、えのき、しめじ	豆腐ドーナツ 小麦・大豆・乳・卵
			豚肉、卵 サーモン(魚・卵) 味噌(大豆) 油揚げ(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン 白菜、人参、玉ねぎ、わかめ	バインケーキ 小麦・大豆・卵
1月7日(木) (うちなメニュー)	ふーチャンプルー サーモンフライ 白菜のお味噌汁 白米	麩(小麦粉) 小麦粉、パン粉 米	鶏肉、卵 サーモン(魚・卵) 味噌(大豆) 油揚げ(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン 白菜、人参、玉ねぎ、わかめ	バインケーキ 小麦・大豆・卵
1月8日(金)	鶏肉と野菜の卵とじ さんまの甘露煮 大根のお味噌汁 麦ご飯	米、麦	鶏肉、卵 さんま(魚) 味噌(大豆)、油揚げ(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン 大根、えのき、万能ねぎ	チョコスコーン 小麦・大豆・乳
			豚肉 大豆水漬(大豆)、ちくわ(魚)	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、カットトマト キャベツ、人参、きゅうり、ごぼう 季節の野菜	サターアングギー 小麦・大豆・乳・卵
1月9日(土)	ポークチャップ インディアンサラダ コンソメスープ 白米	じゃが芋 米	豚肉 大豆水漬(大豆)、ちくわ(魚)	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、カットトマト キャベツ、人参、きゅうり、ごぼう 季節の野菜	サターアングギー 小麦・大豆・乳・卵
1月10日(日)	ハヤシライス 白米	小麦粉(乳) 米	牛肉	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、グリーンピース	ミニたい焼き&ゼリー 小麦・大豆・乳・卵
1月11日(月) (成人の日)	チキンシチュー 白米	じゃが芋、小麦粉(乳) 米	鶏肉 ベーコン(乳・卵)	ブロッコリー、人参、玉ねぎ、コーン、白菜 玉ねぎ、パセリ	ビスケット&ゼリー 小麦・大豆・乳
1月12日(火)	豚肉とブロッコリーのトマト煮 スマイルポテト オニオンスープ 麦ご飯	じゃが芋 じゃが芋 米、麦	豚肉 ベーコン(乳・卵)	ブロッコリー、人参、玉ねぎ、コーン、えのき、 カットトマト パセリ 玉ねぎ、パセリ	マドレーヌ 小麦・大豆・乳・卵
			豚ミンチ ツナ(魚)、チーズ(乳) 卵	玉ねぎ、人参、コーン、枝豆、カットトマト ブロッコリー、パプリカ、人参、コーン えのき、しめじ、白菜、人参、パセリ	ココア蒸しパン 小麦・大豆
1月13日(水)	キーマカレー ブロッコリーサラダ 卵スープ 雑穀米 ヨーグルト	小麦粉(乳) ドレッシング(乳・卵) 米、麦、きび、黒米	豚ミンチ ツナ(魚)、チーズ(乳) 卵	玉ねぎ、人参、コーン、枝豆、カットトマト ブロッコリー、パプリカ、人参、コーン えのき、しめじ、白菜、人参、パセリ	ココア蒸しパン 小麦・大豆
1月14日(木)	肉じゃが 豆腐の白和え もずくのお味噌汁 麦ご飯	じゃが芋 ごま(乳) 麩(小麦粉) 米、麦	豚肉 豆腐(大豆)、味噌(大豆) 豆腐(大豆)、味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、こんにゃく、インゲン ひじき、人参、ほうれん草 もずく、玉ねぎ、万能ねぎ	パウンドケーキ 小麦・大豆・乳・卵
			片栗粉 すりごま(黒)、さつまいも 米、きび	豚肉 カニカマ(卵)	白菜、人参、玉ねぎ、えび、ヤングコーン、椎茸、ニラ しめじ、キャベツ、わかめ、人参
1月15日(金)	八宝菜 大学芋 中華スープ きびご飯	片栗粉 すりごま(黒)、さつまいも 米、きび	豚肉 カニカマ(卵)	白菜、人参、玉ねぎ、えび、ヤングコーン、椎茸、ニラ しめじ、キャベツ、わかめ、人参	アセロラゼリー アセロラ

1月の献立表

なかよし給食センター
鹿児島県鹿児島市493-2
TEL: (098) 851-7944
FAX: (098) 851-7945

2021年 1月(2品産地指定)

日付	献立名	食品名			おやつ (アレルギー表示)
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
1月16日(土)	鮭のチャンチャン焼き チキンナゲット お吸い物 白米	麩(小麦粉) 米	鮭(魚)、油揚げ(大豆) 鶏肉(乳・卵) ちくわ(魚)	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ、えのき、インゲン わかめ、玉ねぎ	みそクッキー 小麦・大豆・乳・魚
1月17日(日)	チキンカレー 白米	小麦粉(乳) 米	鶏肉	玉ねぎ、人参、ほうれん草、コーン	ホットケーキ&ヨーグルト 小麦・大豆・乳・卵
1月18日(月) (うちなーメニュー)	うちなー風ちゃんぽん ねばねばサラダ 大根のお味噌汁 きびご飯	米、きび	豚肉、卵、ポーク(乳) 花かつお(魚) 味噌(大豆) 豆腐(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン もずく、オクラ、なめこ、きゅうり 大根、えのき、万能ねぎ	ジャムサンド 小麦・大豆
1月19日(火)	ハヤシライス プチオムレツ ミネストローネ 雑穀米 果物	小麦粉(乳) じゃが芋 米、麦、きび、黒米	牛肉 卵 ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、グリーンピース (人参・グリーンピース) 白菜、人参、玉ねぎ、ピーマン、パセリ	抹茶スコーン 小麦・大豆・乳
1月20日(水)	筑前煮 肉団子 なめこのお味噌汁 雑穀米	米、麦、きび、黒米	鶏肉 鶏肉(乳・卵) 豆腐(大豆)、味噌(大豆)	大根、人参、玉ねぎ、ごぼう、インゲン (玉ねぎ) わかめ、なめこ、玉ねぎ、万能ねぎ	ヨーグルトケーキ 小麦・大豆・乳・卵
1月21日(木) (うちなーメニュー)	グルクンのあんかけ おくらとひじきの和風サラダ イナムドッチ きびご飯	片栗粉 マヨネーズ(卵) 米、きび	グルクン(魚)、卵 豚肉、わかめ(魚・卵) 味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、しめじ、ピーマン オクラ、ひじき、玉ねぎ 大根、こんにゃく、しいたけ、人参、万能ねぎ	スコーン 小麦・大豆・乳
1月22日(金)	肉団子とブロッコリーのトマト煮 マカロニサラダ 春雨スープ 雑穀米	じゃが芋 マカロニ(小麦粉)、マヨネーズ(卵) 春雨、ごま 米、きび、麦、黒米	肉団子(乳・卵) ツナ(魚) 鶏ミンチ	白菜、人参、ブロッコリー、えのき、カットトマト きゅうり、玉ねぎ、コーン 白菜、人参、ほうれん草、しめじ、パセリ	ココアパウンド 小麦・大豆・乳・卵
1月23日(土)	鮭そぼろ じゃがベー お味噌汁 白米	じゃが芋 米	鮭(魚)、卵 ソーセージ(乳) 味噌(大豆)	玉ねぎ、枝豆、インゲン 玉ねぎ、人参、パプリカ、ピーマン 季節の野菜	ラスク 小麦・大豆
1月24日(日)	かぼちゃシチュー 白米	小麦粉(乳) 米	ベーコン(乳・卵)	かぼちゃ、白菜、コーン、玉ねぎ	ビスケット&ゼリーゼリー 小麦・大豆・乳
1月25日(月)	ホワイトハンバーグ デリ風かぼちゃサラダ 白菜のコンソメスープ 雑穀米	小麦粉 マヨネーズ(卵) 米、麦、きび、黒米	牛・豚(乳) ハム(乳)、大豆水煮(大豆) ベーコン(乳・卵)、卵	玉ねぎ、パセリ かぼちゃ、コーン、枝豆 白菜、人参、えのき、パセリ	あんぱん 小麦・大豆・乳・卵
1月26日(火)	白身魚ときのこあんかけ 一口とんかつ 豚汁 ひじきご飯	片栗粉 小麦粉、パン粉 じゃが芋 米、ごま	白身魚(魚) 豚肉(乳・卵) 豚肉、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、インゲン 大根、人参、こんにゃく、しめじ、ごぼう、万能ねぎ ひじき	ちんすこう 小麦・大豆
1月27日(水)	高野豆腐の酢豚 餃子 白菜とわかめの中華スープ 麦ご飯	片栗粉 小麦粉 米、麦	豚肉、高野豆腐(大豆) 豚ミンチ 卵	玉ねぎ、人参、ヤングコーン、椎茸、ピーマン、パプリカ (キャベツ・ニラ) わかめ、白菜、人参、玉ねぎ	レモンケーキ 小麦・大豆・乳・卵
1月28日(木)	豚肉と根菜の味噌炒め煮 鶏しんじょう アーサ汁 白米	じゃが芋、さつまいも 米	豚肉、味噌(大豆) 鶏ミンチ(乳・卵) ポーク(乳)、豆腐、味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、ごぼう、大根、インゲン 大根おろし、万能ねぎ アーサ、えのき、万能ねぎ	おにぎり わかめ
1月29日(金)	ミートスパゲッティー ポテトサラダ コーンスープ 麺 ゼリー	片栗粉 じゃが芋、マヨネーズ(卵) 片栗粉 麺(小麦粉)	白い焼きミンチ(牛・豚) ハム(乳)	玉ねぎ、人参、カットトマト、グリーンピース ブロッコリー、玉ねぎ、人参 玉ねぎ、コーン、パセリ	アガラサー 小麦・大豆
1月30日(土)	和風ポトフ パパイア炒め お味噌汁 白米	じゃが芋 米	ソーセージ(乳) ポーク(乳)、ツナ(魚) 味噌(大豆)	大根、人参、玉ねぎ、キャベツ、パセリ パパイア、人参、ニラ 季節の野菜	抹茶プリン 乳・卵
1月31日(日)	ポークカレー 白米	小麦粉(乳)、じゃが芋 米	ポーク(乳)	人参、玉ねぎ、ほうれん草	ミニたい焼き&ヨーグルト 小麦・大豆・乳・卵

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。