







令和6年1月 スクールランチ献立表

日	10日(水)	飲物	牛乳	主食	ご飯
主菜 A	シーフードカレー			主菜 B	鮭のマヨコーン焼き
					
副菜	マスタードレッシングサラダ、高野豆腐のパセリ揚げ、ココアカシューナッツ				



※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	11日(木)	飲物	牛乳	主食	ご飯
主菜 A	鱈の香味揚げ			主菜 B	豚肉とごぼうの卵とじ
					
副菜	筑前煮、紅白なます、白玉あずき				



※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	12日(金)	飲物	牛乳	主食	ご飯
主菜 A	豆腐味噌カツ			主菜 B	豚丼 (具)
					
副菜	糸寒天和え、ごましょうゆポテト、みかん				



※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	15日 (月)	飲物	牛乳	主食	黒砂糖パン
主菜 A	マカロニのクリーム煮			主菜 B	メルルーサのチーズフライ
					
副菜	ジャーマンポテト、コールスローサラダ、りんごのコンポート				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)



日	16日 (火)	飲物	牛乳	主食	ご飯・人参ふりかけ
主菜 A	鮭の塩麴焼き			主菜 B	揚げだし豆腐そぼろあん
					
副菜	ごま和え、きんぴら大根、東くるめ団子				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)



日	17日 (水)	飲物	牛乳	主食	コーンライス
主菜 A	白身魚の唐揚げ レモンソース			主菜 B	海老のトマトクリーム煮
					
副菜	かぼちゃサラダ、ウインナーソーテー、チーズ				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)





日	18日 (木)	飲物	牛乳	主食	ご飯	
主菜 A	豚肉ときのこの甘辛煮			主菜 B	大豆つくね	
						
副菜	豆鮓の唐揚げ、海藻サラダ、たくあん炒め					

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	19日 (金)	飲物	牛乳	主食	チンゲン菜飯	
主菜 A	生揚げ回鍋肉			主菜 B	揚げいかの甘酢だれ	
						
副菜	ハンサンスー、ピリ辛こんにゃく、マーラーカオ (中華蒸しパン)					

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	22日 (月)	飲物	牛乳	主食	ご飯	
主菜 A	レバーのかりん揚げ			主菜 B	鰯の幽庵焼き	
						
副菜	茎わかめサラダ、炒り豆腐、ごまくるみ					

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	23日 (火)	飲物	牛乳	主食	ツナピラフ
主菜 A	スペイン風オムレツ			主菜 B	ウインナーポトフ
副菜	ダイコンサラダ、きびなごのガーリック揚げ、キャロットラペ				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)



日	24日 (水)	飲物	牛乳	主食	生姜ご飯
主菜 A	鯖の味噌だれ			主菜 B	おでん
副菜	おひたし、甘辛ポテト、豆じゃこ				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)



日	25日 (木)	飲物	牛乳	主食	ミルクコッパン
主菜 A	鶏肉のトマト煮			主菜 B	ハムカツ
副菜	イタリアンサラダ、ブロッコリーのペペロンチーノ、マンゴーゼリー				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)





日	26日 (金)	飲物	発酵乳	主食	ご飯
	いかセサミフライ				ポークチャップ
主菜 A				主菜 B	
副菜	レモンドレッシングサラダ、ボンゴレパンネ、うずら卵のカレー煮				



※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	29日 (月)	飲物	牛乳	主食	ゆかりご飯
	鶏じゃが				和風ミートグラタン
主菜 A				主菜 B	
副菜	蓮根じゃこサラダ、鯨の竜田揚げ、柑橘類				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	30日 (火)	飲物	牛乳	主食	ご飯
	肉豆腐				鯖の梅しそおろしだれ
主菜 A				主菜 B	
副菜	きのこの和え物、大学芋、白菜のゆず漬け				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)

日	31日 (水)	飲物	牛乳	主食	ご飯
	ピピンバ (具)				酢豚
主菜 A				主菜 B	
副菜	野菜チヂミ、わかめ炒め、カクテキ				

※主菜は A B のいずれかを選択 (飲物、主食、副菜は A B 共通)