1月の献立表

杉並区立三谷小学校

		8	9	10
		始業式 	麦ごはん 牛乳 魚のおろし炊き おかかあえ 七草汁 ネーブルオレンジ	ぶた肉とごぼうの まぜごはん 牛乳 焼きシシャモ どさんこ汁 おしるこ
13	14	15	16	17
成人の日 	黒米ごはん 牛乳 大豆とひき肉のつくね 三色あえ 生揚げのみそ汁 ぽんかん	さんまのかば焼き丼 牛乳 白菜のごまあえ のっぺい汁	もやしチャーハン 牛乳 白菜と肉だんごのスープ フルーツヨーグルト	麦ごはん 牛乳 きびなごの なんばん漬け 大根のゆかりあえ 肉じゃが いちご
20	21	22	23	24
ひじきピラフ 牛乳 キッシュ オニオンスープ	麦ごはん 牛乳 大豆とじゃこの あまから揚げ いそあえ 家常豆腐	高野豆腐の そぼろごはん 牛乳 じゃがいももち 大根のみそ汁	麦ごはん 牛乳 ほっけの一夜干し焼き 金平ごぼう 白菜のみそ汁 かんきつ果物	カレーライス 牛乳 じゃこサラダ いちご **『ありがとう給食の日』**
27	28	29	30	31
深川めし 東京牛乳 ちゃんこ汁 フルーツみつ豆	おにぎり 牛乳 さけの塩焼き かぶの香りづけ 豚汁	いちごジャムコッペパン 牛乳 くじらのケチャップあえ ホワイトシチュー ぽんかん	ムロアジの スパゲティ 牛乳 白いんげん豆と 野菜のスープ かんきつ果物	麦ごはん 牛乳 ジャンボぎょうざ 大根サラダ 中華スープ

賀正　賀正　賀正　賀正　賀正　賀正