



こんだてひょう



<p>9日 (きん) ごしょくどんぶり すましじる</p> 	<p>たまご ぎゅうにゅう とりひきにく ほうれんそう にんじん かまぼこ わかめ はなふ しいたけ あおねぎ わふうだし</p>	<p>19日 (げつ) いかのからあげ そえきやべつ しろあえ ごはん</p> 	<p>いか こむぎこ たまご だいず しょうが にんにく ゼラチン きやべつ マヨネーズ とうふ にんじん ほうれんそう こんにやく ごま (小麦 大豆を含みます)</p>	<p>26日 (げつ) ミックスサンドイッチ やさしい・かじつミックスジュース</p> 	<p>サンドパン ツナ マヨネーズ ホイップ(乳成分 大豆) おうとう みかん パイナップル いちごジャム ハム チーズ レタス マヨネーズ 人参 小松菜 ケール ブロッコリー ピーマン ほうれん草 アスパラガス 赤しそ 大根 白菜 セロリ メキャベツ 紫キャベツ ビート かぼちゃ りんご オレンジ レモン レタス 玉ねぎ キャベツ なす パセリ クレソン</p>
<p>13日 (か) みそだれチキンカツ そえきやべつ ふゆやさしいのみそじる ごはん</p> 	<p>とりにく だいず たまご パンこ (小麦を含みます) みそだれ (小麦 オレンジ ごま 大豆 みそ を含みます) きやべつ だいこん はくさい にんじん あげ あおねぎ わふうだし みそ</p>	<p>20日 (か) ごもくいもに たれつきにくだんご ごはん</p> 	<p>さといも とりにく ごぼう しめじ にんじんこんにやく しいたけ あおねぎ あげ わふうだし とりにく パンこ こむぎこ たまねぎ ぶたにく だいず にゅうせいぶん</p>	<p>27日 (か) カレーなべ ごはん ほねにCa! ウエハース</p> 	<p>ぶたにく ウィンナー エリンギ きやべつ あつあげ かまぼこ あおねぎ にんじん めんつゆ カレーこ (小麦 大豆 鶏肉 豚肉 やまいもを含みます) こむぎこ 卵殻Ca V.D ぶどう糖 乳化剤(大豆由来)</p>
<p>14日 (すい) はっぼうさい わかめのちゅうかスープ ごはん</p> 	<p>ぶたにく はくさい たけのこ にんじん しいたけ きくらげ かたくりこ はっぼうさいのもと (小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま) わかめ ごま えのきだけ ちゅうかスープのもと (小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 牛肉 ゼラチン 乳成分を含みます)</p>	<p>21日 (すい) やきとりどんぶり けんちんじる</p> 	<p>とりにく しろねぎ しょうゆ みりん さとう さといも ごぼう にんじん こんにやく とうふ だいこん あおねぎ あげ ごまあぶら</p>	<p>28日 (すい) さかなのからあげ はくさいのおひたし いなかじる ごはん</p> 	<p>ホキ みそ かたくりこ こむぎこ (小麦 大豆 を含みます) はくさい にんじん かにかま ちくわ わふうあじ だいこん にんじん えのきだけ あげ とうふ ねぎ みそ わふうだし</p>
<p>15日 (もく) ロールキャベツ ポテトサラダ ごはん</p> 	<p>きやべつ たまねぎ ぶたにく だいず こむぎこ かんぴょう ケチャップ コンソメ じゃがいも にんじん きゅうり ハム マヨネーズ</p>	<p>22日 (もく) ごもきしめん ちくわのいそべあげ</p> 	<p>きしめん とりにく あおねぎ あつあげ かまぼこ わかめ しいたけ わふうだし ちくわ あおのり てんぷらこ(小麦を含みます)</p>	<p>29日 (もく) じゃがいもとぶたにくの うまみいため ごぼうサラダ ごはん</p> 	<p>じゃがいも ぶたにく あおねぎ わふうあじ ごぼう にんじん しろすりごま マヨネーズ</p>
<p>16日 (きん) ハンバーガー ころころポテト コーンスープ ごはん</p> 	<p>まるパン ひきにく(鶏肉)パンこ たまねぎ レタス ケチャップ (乳成分 大豆 豚脂を含みます) じゃがいも スイートコーン クリームスープ ぎゅうにゅう (小麦 乳成分 牛肉 大豆)</p>	<p>23日 (きん) ホットドック デニッシュリングドーナツ だいこんとベーコンのスープ</p> 	<p>(パン)小麦 卵 乳成分 大豆 (ウィンナー)牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 乳成分 ケチャップ (やさい) きやべつ たまねぎ 小麦 卵 乳成分 大豆 だいこん にんじん ベーコン こまつな コンソメ</p>	<p style="text-align: center;">30日 (きん)</p> <p style="text-align: center;">♪おたのしみランチ♪</p> <p>きょうのおきゅうしゅくは、しろいクリームがかかった スパゲッティだよ！なんていうなまえの Pasta でしょう？ また、デザートはあかいかわにおおわれ、きつてみると しろいくだものゼリーだよ！なにかわかるかな？</p> 	

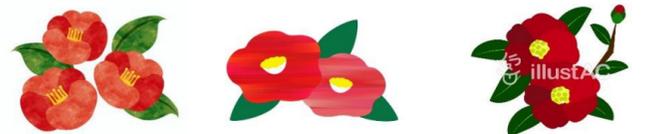
※ 材料の都合により多少メニューの変更がある場合がありますのでご了承下さい。変更がある場合は、コードンでお知らせいたします。

※ 1月の誕生会おやつは「新三種のフルーツクレープ」です。アレルギー成分は、卵、大豆、小麦、乳成分、もも、ゼラチンです。

※ 26日のサンドパンの成分は、小麦粉、マーガリン、パン酵母、食塩、乳成分、大豆です。

※ 30日ミニクロワッサンの成分は、小麦粉、マーガリン、卵、パン酵母、食塩、砂糖、バター(乳成分)、大豆です。

※ 30日のお楽しみランチのデザートは「りんごゼリー」です。アレルギー成分は、りんごです。



1月の行事食

1月1~3日 ☆おせち料理



お正月に食べるお祝いの料理。それぞれの料理に新しい年への願いが込められている。

☆お雑煮



もちに貝をあしらったお正月の祝いの汁もの。関東では角もち、関西では丸もちがよく使われる。

1月7日 ☆七草粥



春の七草を刻んで入れたおかゆ。お正月のごちそうで疲れた胃を休め、1年を健康に過ごせるように願う。

覚えよう♪春の七草



1月11日 ☆鏡開き



お正月の鏡もちを下げ、おしるこやお雑煮にして食べる行事。昔は固い鏡もちを食べ、歯の健康と長生きを願う『歯固め』も行ってた。

1月15日 ☆小豆粥



1月15日は小正月。小正月は、朝に邪気や厄を払うと言われる小豆を入れたおかゆを食べる風習がある。また、その年の豊作を願う行事や、お正月飾りや書き初めを焼く『どんど焼き』を行う。

