

令和4年度
1月

献立予定表

コザ高校 定時制

月	火	水	木	金
<p>2</p>  <p>謹賀新年</p>	<p>3</p>	<p>4</p> 	<p>5</p>	<p>6</p> <p>豚丼 豚肉/玉葱/ピーマン</p> <p>もやし和え もやし</p> <p>みそ汁 豆腐/わかめ/ねぎ</p>
<p>9</p> 	<p>10</p> <p>沖縄そば 麵/三枚肉/豚ロース/かまぼこ/ねぎ</p> <p>白菜のキムチ漬け 白菜/白菜キムチ</p> <p>ミニカスタードワッフル</p>	<p>11</p> <p>カツカレー トンカツ/玉葱/人参/じゃが芋</p> <p>野菜サラダ</p> <p>ソフール</p>	<p>12</p> <p>中華丼 豚肉/うずら卵/白菜/人参/玉葱/パクチ</p> <p>わかめスープ わかめ/長ネギ/ごま</p> <p>揚げ餃子</p>	<p>13</p> <p>きびごはん 精白米/もちきび</p> <p>さばのみぞれあんかけ さば/大根</p> <p>野菜炒め/みそ汁 厚揚げ/えのき/青ネギ</p>
<p>16</p> <p>焼き鳥丼 鶏肉/長ネギ/刻みのり</p> <p>アジフライ</p> <p>赤だし 豆腐/えのき/ねぎ</p>	<p>17</p> <p>おでん 鶏肉/うずら卵/昆布/大根/ちくわ/いんげん</p> <p>和え物</p>	<p>18</p> <p>フィッシュバーガー パン/魚フライ/キャベツ/タルタルソース</p> <p>ミネストローネ ベーコン/トマト/玉葱</p> <p>肉団子</p>	<p>19</p> <p>豚キムチ丼 豚肉/白菜/糸こんにゃく/玉葱/人参</p> <p>国産いわし梅かおひ揚げ</p> <p>みそ汁 豆腐/アーサ</p>	<p>20</p> <p>きびごはん 精白米/もちきび</p> <p>鶏肉のうま煮 鶏肉/大根/椎茸/人参/里芋/いんげん</p> <p>みそ汁 厚揚げ/えのき/ねぎ</p>
<p>23</p> <p>肉じゃが 豚肉/じゃがいも/玉葱/人参/こんにゃく</p> <p>ほうれん草のごま和え ほうれん草</p> <p>みそ汁 わかめ/豆腐/青ネギ</p>	<p>24</p> <p>チキン南蛮 鶏肉(甘酢)</p> <p>温野菜 ブロッコリー/人参/コーン</p> <p>みそ汁 麩/わかめ/ねぎ</p>	<p>25</p> <p>カレーうどん うどん/豚肉/なると/人参/玉葱/ほうれん草</p> <p>もずく酢</p> <p>春巻</p>	<p>26</p> <p>クワジュージー</p> <p>さばの味噌煮/もやし炒め さば/もやし/厚揚げ/ポーク</p> <p>みそ汁 大根/わかめ/青ネギ</p>	<p>27</p> <p>白菜のクリーム煮 ベーコン/白菜/玉葱/アスパラ</p> <p>きびなごフライ</p>
<p>30</p> <p>千切りイリチー 昆布/切り干し大根/豚肉</p> <p>コロケ</p> <p>みそ汁 茄子/玉葱/ねぎ</p>	<p>31</p> <p>3色丼 卵/ひき肉/ほうれん草</p> <p>中華サラダ もやし/きゅうり/ちくわ</p> <p>アーサ汁 アーサ/豆腐</p>	<div data-bbox="614 1624 885 1937" style="border: 2px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>「うさぎの登り坂」って知っている？ 持ち前の力を振るうことができて、物事が早く進むたどえだ。</p> </div> 		

※あくまでも予定です。天候や食材調達の状況等で内容を変更することがあります。