



# 給食だより

みみょう園だより21' 1月

	献立名	材料	給食室より
13 (水)	鮭の幽庵焼き 牛肉のきんぴら 果物	鮭・ゆず・すだち 牛肉・ごぼう・蓮根・人参・竹輪 いんげん・胡麻 オレンジ	柚子とすだちが香る 年明けらしい一品です。
18 (月)	ロールパン 鶏のからあげ 野菜 果物	小麦粉・植物ショートニング 鶏肉・卵・乳製品 キャベツ りんご	カリッとジューシーな人 気のからあげです。
20 (水)	豚肉と大根の煮物 白菜と春菊の胡麻和え 果物	豚肉・大根・人参・油揚げ・さつま揚げ 大根葉・生姜 白菜・春菊・人参・胡麻 バナナ	旬の野菜をふんだんに 使った献立です。
25 (月)	ロールパン 焼きそば 果物	小麦粉・植物ショートニング 中華そば・豚肉・キャベツ・人参・卵 えび・お好みソース パイナップル	パンと相性が良い あっさりとした食べやすい焼 きそばです。
27 (水)	牛肉ときのこの煮物 じゃがいものチーズ焼き 果物	牛肉・しめじ・赤パプリカ・黄パプリカ 玉ねぎ じゃがいも・ウインナー・ブロッコリー チーズ・ケチャップ みかん	パプリカのほのかな 酸味と甘味が牛肉に よく合います。

