



月	火	水	木	金
		11 減量わかめごはん・牛乳 あんかけうどん 野菜のかき揚げ りんご	12 小パン・牛乳 七草がゆ チキンハムカツ ポテトサラダ・きんかん	13 とふめし・牛乳 はんぺんのしょうが焼き 七福なます じゃが芋のみそ汁

16	17 ごはん・牛乳 手作りサケふりかけ 白菜とみずなのそくせき漬け ぶた汁・手巻きのり	18 ごはん・牛乳 肉だんごのケチャップ煮 ほうれん草ともやしのナムル ワンタンスープ	19 パン・牛乳 かぶらのポトフ プレーンオムレツ ツナと大根のサラダ・りんご	20 赤飯・牛乳 サケのごまだれ 小松菜とキャベツのおひたし のっぺい汁・りんごゼリー
----	--	--	--	--

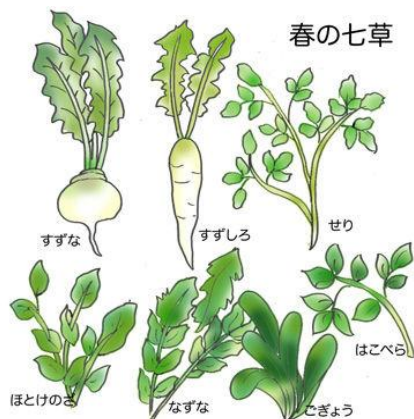
臨時休校 				
----------	--	--	--	--

23 ごはん・牛乳 白菜のクリーム煮 淡路玉ねぎコロック 海そうサラダ・いよかん	24 たこめし・牛乳 サワラの塩焼き 菜の花とカリフラワーのサラダ かす汁・きんかん	25 ごはん・牛乳 すきやき煮 ハタハタのから揚げ カニの酢の物	26 小パン・牛乳 チキンカツ れんこんサラダ にゅうめん	27 黒豆ごはん・牛乳 ぼたん汁 焼きサバデカンショねぎソース 冬野菜のなます・ぼんかん
---	---	---	--	---

--	--	--	--	--

30 ごはん・牛乳 炒り豆腐 ひじきの炒め煮 大根のゆず風味漬け	31 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) 大豆とちくわの揚げ煮 ほうれん草のアーモンド和え			
---	---	--	--	--

--	--	--	--	--



< 1月に使用した地元産物 >

- ・だいこん
- ・はくさい
- ・葉ねぎ
- ・デカンショねぎ
- ・丹波黒大豆
- ・米 (篠山産コシヒカリ)
- ・かぶら
- ・みずな
- ・白ねぎ
- ・干しいたけ
- ・丹波大納言小豆
- ・にんじん
- ・ゆず
- ・ごぼう

自然の恵みに感謝し、季節の味を
おいしくいただきます。