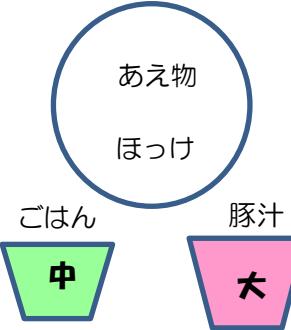
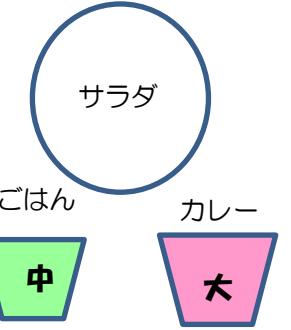
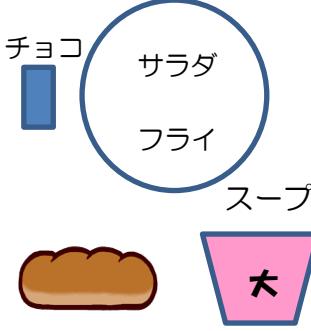
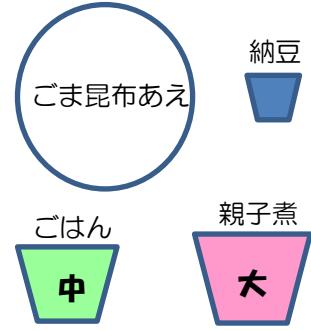
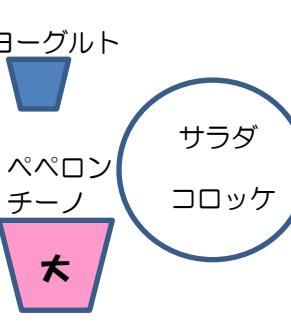
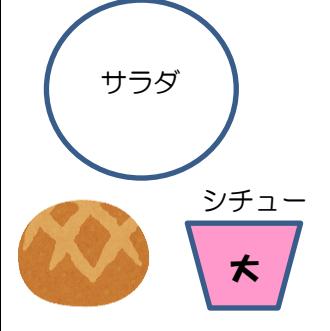
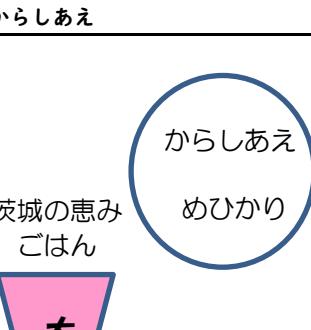
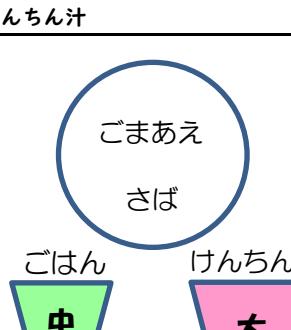


## 1月 給食カレンダー

月	火	水	木	金
日付 エネルギー たんぱく質 食塩相当量 (kcal) (g) (g)	<b>4 806kcal 35.5g 2.8g</b> レーズンパン 牛乳 ハンバーグデミグラスソース オニオンドレッシングサラダ A B C スープ	<b>5 818kcal 32.6g 2.0g</b> ごはん 牛乳 ほっけの竜田揚げ キャベツと小松菜のあえ物 豚汁	<b>6 878kcal 32.6g 2.2g</b> <b>台湾献立</b> ごはん 牛乳 台湾風鶏のから揚げ 春雨炒め サンラータン 台湾バナナ	<b>7 829kcal 29.5g 2.5g</b> ごはん 牛乳 ポークカレー 海藻サラダ
<b>献立名</b>	 ○お椀2種類 (大…ピンク) (中…グリーン) ○皿1種類 あります。 ※牛乳は毎日提供されるため省略しています。			
<b>10 803kcal 33.9g 2.8g</b> コッペパン チョコクリーム 牛乳 白身魚フライ こんにゃくサラダ 麦入り野菜スープ	<b>11 840kcal 37.2g 2.5g</b> ごはん 牛乳 納豆 親子煮 ごま昆布あえ	<b>12 798kcal 29.0g 3.0g</b> しらすのペペロンチーノ 牛乳 コロッケ れんこんサラダ ヨーグルト	<b>13</b> <b>茨城県民の日</b>	<b>14 852kcal 30.8g 2.4g</b> 黒パン 牛乳 秋の味覚シチュー かぶとハムのサラダ
				
<b>17 810kcal 32.8g 3.1g</b> ピザトースト 牛乳 肉団子と野菜のスープ煮 豆乳プリン	<b>18 799kcal 33.5g 2.4g</b> ひたちなかを食べよう ~めひかり~ 茨城恵みごはん 牛乳 日光(めひかり)のからあげ からしあえ	<b>19 802kcal 30.5g 2.5g</b> 和食の日献立 11月24日は和食の日です ごはん 牛乳 さばのみそだれかけ ごまあえ けんちん汁	<b>20 862kcal 29.4g 2.2g</b> 茨城県全校一斉 茨城美味(おい)しお給食 ごはん 牛乳 カリ!シャキ!いばらきガバオ 春雨スープ	<b>21</b> <b>新樹祭</b> (給食無しです)
				
<b>いばらきを食べよう Week [16日(日) ~ 22日(土)]</b>				
<b>24</b> <b>勤労感謝の日</b>	<b>25 803kcal 32.1g 2.3g</b> コーンピラフ 牛乳 メンチカツ プロッコリーとチーズのサラダ	<b>26 839kcal 30.6g 2.4g</b> ごはん 牛乳 豚丼の具 さつま汁 りんご	<b>27 828kcal 32.4g 2.0g</b> ごはん 牛乳 四川風マーボー豆腐 白菜の中華あえ	<b>28 824kcal 34.0g 2.6g</b> ミートソーススパゲッティ ミニロールパン 牛乳 アジフライ レモンドレッシングサラダ
	