

1 月 11 日 (水)



【 献立表 】

彩りごはん
ぶりの照り焼き
れんこんサラダ
白玉汁
オレンジシャーベット
牛乳

1 月 12 日 (木)



【 献立表 】

ごはん
えびフライ (ソース)
ひじきの煮物
どさんこ汁
いちご
牛乳

1 月 13 日 (金)



【 献立表 】

チョコチップパン
鶏肉のケチャップがけ
白菜のポトフ
りんご
牛乳

1 月 16 日 (月)



【 献 立 表 】

ごはん
豆腐のまさご焼き
豚肉のねぎ塩炒め
かぼちゃのみそ汁
ウエハース
牛乳

1 月 17 日 (火)



【 献 立 表 】

麦ごはん
チキンカレー
ハムサラダ
みかん
牛乳

1 月 18 日 (水)



【 献 立 表 】

ごはん
ほきのマヨネーズ焼き
ごま酢あえ
けんちん汁
プリン
牛乳

1 月 19 日 (木)



【 献立表 】

焼き肉チャーハン
しゅうまい
ナムル
わかめスープ
アセロラゼリー
牛乳

1 月 20 日 (金)



【 献立表 】

ごはん
にしんの昆布煮
納豆和え
キャベツのみそ汁
チーズタルト
牛乳

1 月 23 日 (月)



【 献立表 】

発芽米ごはん
春巻き
海藻サラダ
カルビスープ
一口ゼリー
牛乳

1 月 24 日 (火)



【 献 立 表 】

ごはん (のり ・ ごま塩)
鮭の塩焼き
ほうれん草のおひたし
すいとん
ぽんかん
牛乳

1 月 25 日 (水)



【 献 立 表 】

コッペパン
いちごジャム
タンドリーチキン
ブロッコリーソテー
米粉シチュー
牛乳

1 月 26 日 (木)



【 献 立 表 】

ごはん
さばのおろしだれ
磯辺和え
豆乳入り豚汁
牛乳

1 月 27 日 (金)



【 献 立 表 】

ソフト麺
ミートソース
たらとじゃが芋のグラタン
こんにゃくサラダ
牛乳 (ミルメーク)

1 月 30 日 (月)



【 献 立 表 】

こぎつねごはん
厚焼き玉子
マヨおひたし
のっぺい汁
アロエヨーグルト
牛乳

1 月 31 日 (火)



【 献 立 表 】

ごはん
あかうおのゆずみそがけ
和風サラダ
肉じゃが
サキサキチーズ
牛乳