

今月の献立（写真付き）をご紹介します。

1月8日（金）



新春おこわ
松風焼き
紅白なます
白玉雑煮
牛乳

1月12日（火）



ご飯
すき焼き風煮物
切干大根と青菜和え物
花ミカン
牛乳

1月13日（水）



ご飯
ツナコロッケ
野菜のおかか和え
白菜スープ
牛乳

1月14日（木）



塩ちゃんこうどん
焼きおにぎり（味噌だれ）
じゃこ炒り茹で野菜
牛乳

1月15日（金）



ごまご飯
お好み焼き風卵焼き
小松菜とえのき草のお浸し
豚汁
牛乳

1月18日（月）



ご飯
鯖の煮おろしがけ
じゃが芋のきんぴら
沢煮椀
牛乳

1月19日（火）



ガーリックトースト
ビーフシチュー
シーフード茹で野菜
りんご
牛乳

1月20日（水）



ご飯
ザーサイ豆腐
いわちく炒め
茹で野菜・ミニトマト
牛乳

1月21日（木）



麦ご飯
ししゃものから揚げ
炒り鶏
味噌汁
牛乳

1月22日（金）



高菜スパゲティー
金時豆パン
ツナサラダ
牛乳

1月25日（月）



ご飯
魚の香味焼
大豆の磯煮
実だくさん汁
牛乳

1月26日（火）



胚芽パンズパン
ラザニア
ブロッコリーサラダ
野菜スープ
牛乳

1月27日 (水)



ビビンバ
きゅうりと大根のピリ辛
わかめスープ
牛乳

1月28日 (木)



チキンカレー
グリーンサラダ
ポンカン
牛乳

1月29日 (金)



深川飯
おでん(煮卵付き)
野菜のごま風味
りんご