



こんだてひょう



月	火	水	木	金
1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日
年始				
			ナポリタン ブロッコリー胡麻和え 果物	ポークカレー さつま芋サラダ 果物
1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日
成人の日				
	ごはん 豚肉ジンギスカン キャベツのり和え みそ汁 果物	おにぎり 鶏肉竜田揚げ お雑煮風 果物	ごはん ほっけ磯辺焼き チンゲン菜コーンと和え みそ汁 果物	ほうとう風うどん 青のりポテト 果物
1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日
				
ごはん 鶏肉ネギみそ焼き 小松菜ツナ和え 中華風スープ 果物	ごはん 鮭ザンギ 白菜お浸し みそ汁 果物	醤油ラーメン きなこ南瓜 果物	ジャムサンド 肉団子とキャベツのトマト煮 ツナきゅうりサラダ 豆乳スープ 果物	マーボーナス丼 ブロッコリー中華和え みそ汁 果物
1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日
				
ほうれん草カレー 大根サラダ 果物	ミニホットドッグ タラクリーム煮 南瓜グラッセ スープ 果物	ふりかけご飯 豆腐ハンバーグ ひじき煮物 みそ汁 果物	味噌うどん きなこポテト 果物	ごはん 炒め納豆 小松菜ナムル 中華風スープ 果物
1月29日	1月30日	1月31日		
				
とうきびごはん タンドリーチキン チンゲン菜チーズおかか和え けんちん汁 果物	和風スープスパゲティ 小松菜ツナマヨコーン 果物	ピビンパ丼 ポテトフライ スープ		