

# 1月の献立

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
1		2		3		4		5		6		7	
		初日の出ライス スープ スパゲッティサラダ		ごはん コーンクリームシチュー 豆サラダ パイン缶		豚丼 みそ汁 フレンチサラダ		こぎつねごはん みそ汁 魚の照り焼き 里芋のごま煮 黄桃缶		ごはん みるくスープ 焼き鳥ソテー グリーンマッシュポテト		七草うどん風 厚揚げのそぼろ煮 グレープフルーツ	
8		9		10		11	お弁当献立	12		13		14	
		ごはん 豚汁 魚の梅煮 ごま和え オレンジ		カレーライス スープ 大根のおかか和え		菜めしおにぎり 鶏肉のから揚げ 厚焼き玉子 りんご		ソース焼きそば 中華スープ 野菜チップス		ごはん みそ汁 ひじき入りつくね焼き かぶとしらすの和え物 みかん		ごはん みそ汁 魚のごまマヨ焼き 切干大根煮	
15		16		17		18		19		20		21	
		オムライス スープ スパゲッティサラダ		ごはん コーンクリームシチュー 豆サラダ りんご		豚丼 みそ汁 フレンチサラダ		こぎつねごはん みそ汁 魚の照り焼き 里芋のごま煮 バナナ		ごはん みるくスープ 焼き鳥ソテー グリーンマッシュポテト		ほうとう風煮込みうどん 厚揚げのそぼろ煮 グレープフルーツ	
22		23		24		25	イベント献立	26		27		28	
		ごはん 豚汁 魚の梅煮 ごま和え オレンジ		カレーライス スープ 大根のおかか和え		雪だるまライス みそ汁 さつま芋のバター煮 りんご		3. 中華スープ 野菜チップス		ごはん みそ汁 ひじき入りつくね焼き かぶとしらすの和え物 みかん		ごはん みそ汁 魚のごまマヨ焼き 切干大根煮	
29		30		31									
		オムライス スープ スパゲッティサラダ		ごはん コーンクリームシチュー 豆サラダ りんご									

★食材の関係で、予告なくメニューが変わることがあります。