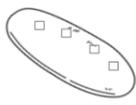


1月 ^{がつ} きゅうしょくこんだてひょう(てんのうじく)

めあて 食後のすごし方を工夫しよう

★除去食こんだて

日	ようび	パン・ごはん	ぎゅうにゆう	こんだてめい	日	ようび	パン・ごはん	ぎゅうにゆう	こんだてめい
9日	金	おさつパン 		はくさいのとろみに あつあげのピリからじょうゆかけ ぶたにくとさんどまめのオイスターソースいため	22日	木	こくとうパン 		★ケチャップに ささみとやさいのソテー りんご <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;">だいす (むきえだまめ) </div>
13日	火	ごはん 		ぶたにくときんときまめのカレーライス サワーソテー わなし(カットかん)	23日	金	ごはん 		ぶたにくのスタミナやき ごもくじる きくなとはくさいのおひたし
14日	水	ごはん 		れんこんのちらしずし ぞうに ごまめ <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;">しょうがつの ぎょうじこんだて </div>	26日	月	コッパン  いちごジャム		★ミートボールとやさいのカレーに ツナとほうれんそうのソテー パインアップル(カットかん) <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;">だいす (むきえだまめ) </div>
15日	木	こくとうパン 		けいにくのからあげ ハムとやさいのちゅうかスープ もやしとコーンのちゅうかあえ	27日	火	ごはん 		けいにくのしおこうじやき かすじる くりきんとん
16日	金	ごはん 		さばのみそに ごもくじる きゅうりのあますづけ	28日	水	ごはん 		こまつなっぱめし さけのわふうマリネソースかけ じゃがいもとベーコンのみそしる
19日	月	コッパン  みかんジャム		あじのレモンマリネ てぼまめのスープに はくとう(カットかん)	29日	木	こくとうパン 		ビーフシチュー ブロッコリーのサラダ スライスチーズ
20日	火	ごはん 		★おやこどんぶり こうはくなます くろまめのにももの <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;">たまご </div>	30日	金	ごはん 		さごしのみぞれかけ みそしる みずなのにびたし
21日	水	ごはん 		ちくぜんに ツナとキャベツのごまいため まっちゃだいす	  おおさかしよくいくすいしんキャラクター 「たべやん」				