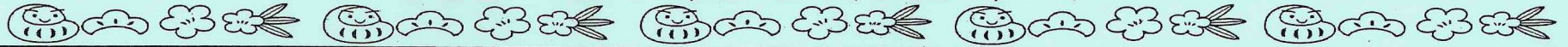


1月 きゅうしょくカレンダー



9日 (金)	 ごはん		れんこんのちらしずし (眞・きざみのり)、 しょうが ぎょうじ こんだて 【正月の行事献立】 ぞう煮、ごまめ	22日 (木)	 ごはん		ビーフシチュー、ブロッコリーのサラダ、 スライスチーズ
13日 (火)	 おさつパン		鶏肉のからあげ、ハムと野菜の中華スープ、 もやしとコーンの中華あえ	23日 (金)	 ごはん		さばのみそ煮、五目汁、きゅうりの甘酢づけ
14日 (水)	 ごはん		豚肉と金時豆のカレーライス、 サワーソテー、和なし (かんづめ)	26日 (月)	 ごはん		鶏肉の塩こうじ焼き、かす汁、くりきんとん
15日 (木)	 ごはん		はくさいのとりみ煮、あつあけのピリ辛じょうゆかけ、 豚肉とさन्दまめのオイスターソースいため	27日 (火)	 ごはん		◇ミートボールと野菜のカレー煮、 ツナとほうれんそうのソテー、パインアップル (かんづめ)
16日 (金)	 ごはん		さごしのみぞれかけ、みそ汁、みずなの煮びたし	28日 (水)	 ごはん		豚肉のスタミナ焼き、五目汁、 きくなとはくさいのおひたし
19日 (月)	 ごはん		筑前煮、ツナとキャベツのごまいため、まっ茶大豆	29日 (木)	 ごはん		あじのレモンマリネ、てぼ豆のスープ煮、 白桃 (かんづめ)
20日 (火)	 ごはん		◇ケチャップ煮、ささみと野菜のソテー、りんご	30日 (金)	 ごはん		◆親子丼、紅白なます、黒豆の煮もの
21日 (水)	 ごはん		こまつな葉めし (きざみのり)、 さけの和風マリネソースかけ、じゃがいもとベーコンのみそ汁				

◆卵の除去食 ◇大豆の除去食