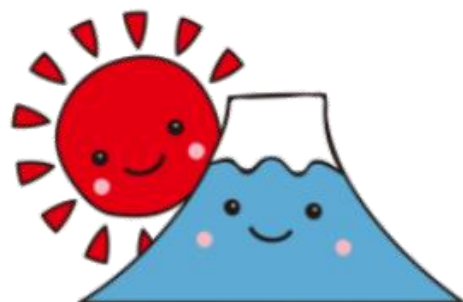


がつぶん 1月分のこんだて

1月9日（金）～30日（金）

※予定ですのでかわることがあります。



9日

- れんこんのちらしずし
- 牛乳
- そう煮
- ごまめ

しょうがつ ぎょうし こんだて
正月の行事献立

12日

せいじん ひ
成人の日



13日

- おさつパン
- 牛乳
- 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

14日

- 豚肉と金時豆のカレーライス
- 牛乳
- サワーソテー
- 和なし（カット缶）

15日

- 黒糖パン
- 牛乳
- はくさいのトロみ煮
- あつあげのピリ辛しょうゆかけ
- 豚肉とさんどまめのオイスターソースいため

16日

- ごはん
- 牛乳
- さごしのみぞれかけ
- みそ汁
- みずなの煮びたし

19日

- ごはん
- 牛乳
- 筑前煮
- ツナとキャベツのごまいため
- まっ茶大豆

20日

- コッペパン・みかんジャム・牛乳
- ケチャップ煮
- ささみと野菜のソテー
- りんご

21日

- こまつな葉めし
- 牛乳
- 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

22日

- 黒糖パン
- 牛乳
- ビーフシチュー
- ブロッコリーのサラダ
- スライスチーズ

23日

- ごはん
- 牛乳
- さばのみそ煮
- 五目汁
- きゅうりの甘酢づけ

26日

- ごはん
- 牛乳
- 鶏肉の塩こうじ焼き
- かす汁
- くりきんとん



27日

- コッペパン・いちごジャム・牛乳
- 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（カット缶）

28日

- ごはん
- 牛乳
- 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

29日

- 黒糖パン
- 牛乳
- あじのレモンマリネ
- てぼ豆のスープ煮
- 白桃（カット缶）

30日

- おや こんぶり
- 親子 丼
- 牛乳
- 紅白なます
- 黒豆の煮もの

