

1月のこんだて

月	火	水	木	金	土
			<p>HAPPY NEW YEAR 2020</p>		
6	7	8	9	10	11
おにぎり のっぺい汁 サラダ、オードブル	ななくさ 七草あんかけ丼 みそ汁、サラダ くだもの 果物	ごはん ちゅうか 御飯、中華スープ ポークチャップ フレンチサラダ	ごはん すまし汁 魚のムニエル レモン和え	ハヤシライス 野菜スープ サラダ	もち 餅ピザ、ナゲット ブロッコリースープ プリン、ジュース
七草 ① 芹(せり) ② 薺(なずな) ③ 御形(ごぎょう) ④ 繁縷(はこべら) ⑤ 仏の座(ほとけのぎ) ⑥ 菘(すずな) ⑦ 蘿蔔(すずしろ)	14	15	16	17	18
	ごはん たまご 御飯、卵スープ グラタン ナムル	ごはん みそ汁 御飯、味噌汁 魚のタラコ焼き 棒棒鶏	や 焼きそばパン、ミルクスープ スタッフイトウのサラダ コーヒー、ジュース	むぎごはん とうふ 麦御飯、豆腐スープ ポトフ野菜煮込み パリパリサラダ	ごはん みそ汁 御飯、味噌汁 わふうきんぴら 和風金平包み お米のタルト
20	21	22	23	24	<p>1月11日は 餅ピザつくり☆</p> <p>1月22日は セレクトメニュー</p>
むぎごはん 麦御飯、だんご汁 とり しおこうじゃ 鶏の塩麹焼き コブサラダ	ごはん 御飯、キャベツのメンチカツ かんこくふう 韓国風トトロカメのスープ ほうれん草ピ-ナツツムル	わふう 和風カレー丼 or カレーうどん すまし汁、サダ 大学芋	たつたあ 竜田揚げサンド ミネストローネ サラダ、ヨーグルト 牛乳	むぎごはん 麦御飯、もやしのスープ さかな みそ 魚の味噌チーズ焼き スパゲティサラダ	
27	28	29	30	31	
さら 血うどん、おにぎり サラダ イカたっぶり焼き	ごはん みそ汁 御飯、味噌汁 さかな むし 魚の蒸し焼き まごわやさしいサラダ	ごはん 御飯、おくずかけ ちくわの磯辺揚げ ずんだ餅	かんこくふう 韓国風シーチキン丼 あか 赤だし、サラダ くだもの 果物	ミートボールパスタ パン、野菜スープ ごまあ 胡麻和え	