

# 1月の献立表

月	火	水	木	金
5	6	7	8	9
		<b>始業式</b>	魚の照り焼き とうもろこしの香ばし揚げ 海藻サラダ 切干大根煮 もっちーな	焼肉 海鮮シュウマイ ジャーマンポテト チンゲン菜ソテー 豆乳プリン
12	13	14	15	16
<b>成人の日</b>	ハンバーグ ほうれん草ソテー オムレツ サラダ	ミートソーススパゲティ サバの味噌焼き ウィンナーフライ サラダ みかん	鶏肉の竜田揚げ 星型しんじょ ごぼうサラダ たけのこおかか煮 ゼリー	チーズ入り白身魚フライ ミートボール 肉じゃが風ナムル 黄桃
19	20	21	22	23
オムレツ ナポリタン 大根と油揚げの煮物 ピーチ缶	さわらの照り焼き きんぴら 卵とじ煮 春雨サラダ	焼きそば 魚の竜田揚げ かぼちゃシュウマイ すきやき風煮 プチケーキ	鶏の味噌焼き かき揚げ さつま芋サラダ 青菜とコーンソテー みかん	はんぺんフライ サラダステーキ 野菜炒め こんにゃく味噌 ゼリー
26	27	28	29	30
春巻き しらたきソテー コーンの磯煮 ツナサラダ	ハムカツ 焼きそば ポークビーンズ ナムル	焼きうどん 鶏の唐揚げ 厚焼き玉子 ほうれん草の胡麻和え 豆乳プリン	サーモンフライ 一口ささみフライ 大豆と挽肉のトマト煮 胡麻和え 黄桃	<b>お弁当</b>