

# 1月の献立表

月	火	水	木	金
5	6	7	8	9
		始業式	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
成人の日	ビビンバ ナムル かまぼこ キャベツのおかか和え	ミートソーススパゲティ サバの味噌焼き ワインーフライ 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レイ ミートボール 肉じゃが風ナムル 黄桃
19	20	21	22	23
豚丼 ちくわ天 和風サラダ	マーボー豆腐 野菜コロッケ キャベツの胡麻和え	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 ブチケーキ	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
ハンバーグ ほうれん草ソテー 春雨サラダ ゼリー	味噌だれ焼肉 キャベツソテー ミートボール ワカメとコーンのサラダ	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	お弁当