

これまでのこんだて

2019 1月



1月8日

牛乳

ビーフカレー

(麦ご飯)

コールスロー

サラダ

ヨーグルト



1月9日

牛乳 ご飯

豆腐よせ

生姜あんかけ

切干大根煮

豚汁



1月14日
牛乳 食パン
いちごジャム
ベーコンエッグ
イタリアン
サラダ
クラム
チャウダー



1月15日
牛乳 ご飯
メンチカツ
ブロッコリーの
おかかのり和え
なめこ汁
ヨーグルト



1月16日
牛乳 ご飯
鮭の塩麹焼き
生揚げの
カレー炒め
にら玉スープ



1月17日
牛乳
境町産ご飯
豚肉の
ピリ辛ソース
ゆずしめじ
れんこん
さつま汁



1月20日
牛乳 ご飯
さばみそ煮
磯香和え
五目かき玉汁
オレンジ



1月21日
牛乳
カレーピラフ
白身魚
フリッター
花野菜サラダ
コンソメスープ



1月22日
牛乳 ご飯
春巻き
バンバンジー
サラダ
木耳と卵の
スープ
杏仁豆腐



1月23日
牛乳
みそラーメン
(中華麺)
いかと野菜の
チヂミ
豆ツナサラダ
みかん



1月24日
牛乳 ご飯
豚の生姜焼き
煮合い
けんちん汁



1月27日
牛乳 ご飯
さわらの
西京焼き
大根と昆布の
炊いたん
三つ葉と麩
のすまし汁
抹茶プリン



1月28日
牛乳 ご飯
焼き餃子
ゆば入りお浸し
かんぴょうの
かき玉汁



1月29日
牛乳 金魚飯
ししゃもの
天ぷら
ごま和え
帆立のスープ



1月30日
牛乳 ご飯
ぶりの照り焼き
がめ煮
白菜スープ



1月31日
牛乳 ご飯
白身魚の
香草焼き
さつまいもの
サラダ
カリフラワーの
スープ