

これまでのこんだて

h29 1月



1月9日

麦ご飯 牛乳
海軍カレー
バンサンスー
ヨーグルト



1月10日

ご飯 牛乳
ぶりの煮付け
芽キャベツ
のソテー
静岡おでん



1月11日
牛乳
玄米ご飯
鶏肉のアドボ
ブロッコリー
サラダ
やさいスープ
チーズ



1月12日
ご飯 牛乳
鯖の香味焼き
即席漬け
きりたんぽ



1月15日

牛乳

タコライス

(麦ご飯, 肉炒め,
茹でキャベツ)

ふーチャンプルー



1月16日

牛乳 食パン

いちごジャム

鶏肉のメキシカン
ソース

かぼちゃとまめの
サラダ

じゃがいもと
たまごのスープ

かみかみデー



1月17日
 ご飯 牛乳
 鮭の西京漬け
 切り昆布の
 炒め物
 どさんこ汁



1月18日
 牛乳
 チャンポン麺
 (中華麺)
 あじフリッター
 れんこんサラダ



1月19日
 さかい町のご飯
 牛乳 納豆
 ホイコーロー
 めつぺ汁



1月22日
 牛乳
 深川めし
 鮭の漬け焼き
 ふろふき大根
 ちゃんこ汁



1月24日
 豆入り茶飯
 牛乳
 豚肉の味噌焼き
 煮合い
 すまし汁



1月25日
 牛乳
 味噌煮込み風
 うどん
 (ソフト麺)
 卵焼き
 小松菜のからし
 和え



1月26日
 ご飯 牛乳
 鯖ごま風味焼き
 がめ煮
 はくさいスープ
 みかん



1月29日
 玄米ご飯 牛乳
 豚肉のなんぶ
 焼き
 ひじきのサラダ
 あすか汁



1月30日
 ご飯 牛乳
 さわらの味噌
 ゆうあん焼き
 ごま和え
 こづゆ
 みかん



1月31日
 麦ご飯 牛乳
 チキン南蛮
 ブロッコリーの
 おかかのり和え
 根菜汁