
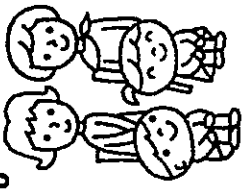
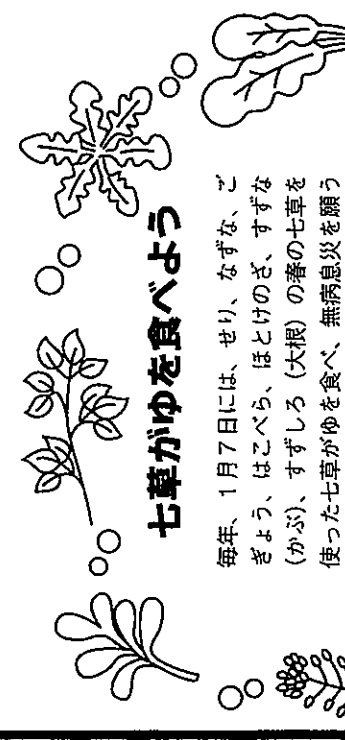


1月のメニュー

げっ	か	すい	もく	きん	ど
1	2	3	4	5	6
<p>あけましておめでとうございます! 今年もよろしくお願い致します。</p> 					
8	9	10	11	12	13
成人の日	チキンカツ サラダ 厚揚げのみそ汁 ◎大根の煮物	キーマカシ ひじきサラダ 幼児牛乳 ◎オムレツ	蛙のちやんちやん 焼き ゆかりスパ 納豆 かきたま汁 ◎ポテトサラダ	肉じゃが ほうれん草のごま和え 豆腐のみそ汁 ◎魚のムニエル	 祖父母参観
15	16	17	18	19	20
クリームシチュー 魚のパン粉焼き トマトサラダ ◎大根の洋風煮	ちくわの磯辺揚げ 納豆 ごぼうサラダ そうめん汁 ◎里芋のそぼろ煮	親子丼 ごつた煮 豆腐のすまし汁 ◎フロッコリーのごま和え 牛乳もち	ビーフソテー 南瓜の煮物 白菜のみそ汁 ◎大根サラダ	マカロニグラタン フロッコリーのおかか和え たまごスープ ◎厚揚げ煮	焼き豚ラーメン 豆腐のそぼろあんかけ ヨーグルト 金時豆煮 ◎フライドポテト
22	23	24	25	26	27
豚汁 魚のたらこ焼き キャベツのごま和え ◎ゆかりスパ	とりのから揚げ 春雨の酢の物 かきたま汁 ◎大根のみそ煮	菜飯 キャベツのみそマヨ和え 吉野汁 ◎鶏肉のてりやき	麻婆豆腐 胡瓜のナムル 中華スープ ◎魚のチーズ焼き	和風オムレツ フロッコリーサラダ ミルクスープ ◎高野豆腐煮	肉うどん 金平ごぼう フライドポテト ◎がんと煮
29	30	31	<p>七草がゆを食べよう</p> <p>毎年、1月7日には、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな(かぶ)、すずしろ(大根)の春の七草を使った七草がゆを食べ、無病息災を願う習慣があります。離乳食にも使われるおかゆは、消化がよく、感染症が流行する冬の時期、食欲がないときや、おなかの調子が悪いときの食事にも通しています。</p> 		
ワカメにざり	魚の奄田揚げ キャベツのおかか 中華スープ ◎マカロニソテー	さのごごはん 白和え じゃが芋のみそ汁 ◎ポークビーンスズ	ミルク チヨコチップスコーン	ミルク・お菓子	お茶 お菓子
29	30	31	<p>つみれ汁 ほうれん草のバス コールスローサラ ダ ◎ポテトのミルク煮 豆乳プリン</p>		
ミルク ラスク	ミルク ラスク	ミルク 豆乳ドーナツ	ミルク チヨコチップスコーン	ミルク・お菓子	お茶 お菓子

