



1月9日(金)
わかめごはん 牛乳
しらたまぞうに
ごまあじいりこ
こうはくなます



1月13日(火)
ごはん 牛乳
とりそぼろどんぶり
けんちんじる
ポテトサラダ



1月14日(水)
ごはん 牛乳
ぶたじる
ちくわのゆかりあげ
あまずづけ



1月15日(木)
げんりょうコッペパン 牛乳
しおラーメン
すだちふうみづけ
ナツツゴボウ



1月16日(金)
ごはん 牛乳
おでん
てづくりふりかけ
ゆずみそあえ



1月19日(月)
ごはん 牛乳
ワンタンスープ
とりにくのガーリックやき
ツナサラダ



1月20日(火)
ごはん 牛乳
ちゃんこなべ
しゃぶしゃぶたサラダ
こおなごちりめん



1月21日(水)
ごはん 牛乳
ポークカレー
フレンチサラダ
ふくじんづけ



1月22日(木)
コッペパン 牛乳
ポトフ
ミモザサラダ
いよかん



1月23日(金)
ごはん 牛乳
ビビンバ
はるさめスープ
ナムル



1月 26日(月)
ごはん 牛乳
とうふのごもくあんかけ
きゅうりとだいこんのナムル
だいすとにぼしのあげに



1月 27日(火)
ごはん 牛乳
すいとん
ハモのてんぷら
キャベツのあますづけ



1月 28日(水)
ろっこくごはん 牛乳
いよこくみそしる
ぶたにくのかりんあげ
きりぼしだいこんのサラダ
あじつけのり



1月 29日(木)
えひめけんさんコッペパン 牛乳
かきたまじる
さつまいもとだいすのあげに
いちご



1月 30日(金)
たいめし 牛乳
ひらだんごじる
とりのてんぷら
ゆかりあえ