

2月 こんだて

1(火)
 ジョア
 みそラーメン
 はるまき
 いそあえ

2(水)
 せつぶんこんだて
 ぎゅうにゅう
 だいずごはん
 けんちんじる
 いわしかりかりフライ
 こんぶあえ
 まめによろこび

3(木)
 ぎゅうにゅう
 セルフフィッシュ
 バーガー
 キャベツ
 タルタルソース
 やさいスープ

4(金)
 ぎゅうにゅう
 むぎごはん
 ちゅうかふう
 コーンスープ
 マーボーどうふ

7(月)
 ぎゅうにゅう
 あげパン
 オムレツ
 ひじきサラダ
 イタリアンスープ

8(火)
 ぎゅうにゅう
 にくどんぶりのっぺいじる
 ヨーグルト

9(水)
 のむヨーグルト
 ごはん
 とんじる
 あじのこうみ
 ソースがけ
 しおナムル

10(木)
 ぎゅうにゅう
 サンドパン
 やさいポターージュ
 ぶたにくコロッケ
 やさいソテー

11(金)
 建国記念の日(祝日)

14(月)
 ぎゅうにゅう
 コッパン
 ハートコロッケ
 はるのポトフスープ
 ブロッコリーサラダ
 おこめのガトーシユコロ

15(火)
 ぎゅうにゅう
 ごはん
 あつあげのとぶたにく
 のみそいため
 とりのすいとんじる

16(水)
 ぎゅうにゅう
 ビビンバ
 きくらげいりちゅう
 かスープ
 しょうなんゴールド
 ゼリー

17(木)
 ぎゅうにゅう
 セルフメンチカツ
 バーガー
 おんやさい
 クリームシチュー

18(金)
 ぎゅうにゅう
 むぎごはん
 ポークカレー
 フルーツヨーグルト

21(月)
 ぎゅうにゅう
 しょくパン
 チョコ&ホワイト
 ペースト
 コーンフライ
 はるさめスープ
 コールスローサラダ

22(火)
 ミルメーク
 けんちんうどん
 とりてん
 おひたし

23(水)
 天皇誕生日(祝日)

24(木)
 ぎゅうにゅう
 こくとうパン
 はくさいコンソメ
 スープ
 マカロニグラタン

25(金)
 ぎゅうにゅう
 ごはん
 わかめととうふのスープ
 さばのみそに
 きりぼしだいこんに

28(月)
 ぎゅうにゅう
 鮭のクリーム
 スパゲッティー
 たこやき
 おひたし

もくひょう
目標
 じかん まも
時間を守って
 た
食べよう