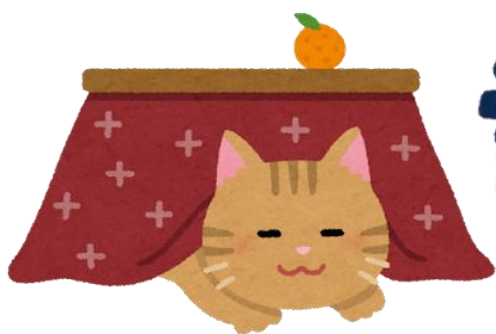




1月 こんだてひょう



月	火	水	木	金
		8	9	10
		<p>七草ぞうすい 鮭の西京焼き 紅白なます いよかん</p>	<p>ごはん 鶏肉の カレーマヨ焼き キャベツの華風和え トマトと卵のスープ</p>	<p>ごはん きんぴらごはん 土佐和え 白玉汁粉</p>
13	14	15	16	17
	<p>高野豆腐ごはん さつま汁 ごまドレサラダ</p>	<p>マーボー丼 パリパリサラダ いちご</p>	<p>ごはん ぶりの照り焼き 和風サラダ みそ汁</p>	<p>牛肉のタリアテッレ 炒め 野菜とキノアの スープ マラサラ・モラーダ</p>
20	21	22	23	24
<p>黒砂糖パン ポークシチュー ツナサラダ せとか</p>	<p>ねぎ豚塩だれ丼 酢のもの みそ汁</p>	<p>カツカレー オニオンドレッシング サラダ ジョア</p>	<p>ごはん 金目鯛の香草焼き キャロットサラダ トマトスープ</p>	<p>ごもくごはん せんべい汁 切干大根のサラダ ぽんかん</p>
27	28	29	30	31
<p>ごはん 鯨のオーロラ煮 キャベツの即席漬け 具だくさんみそ汁</p>	<p>キムタクごはん 中華風コーンスープ 春雨炒め</p>	<p>カレーうどん 梅和え 金柑</p>	<p>ホイコーロー丼 ナムル 豆花</p>	<p>ごはん 酢豚 わかめスープ</p>



謹賀新年

