

1月 こんだてひょう

				14 ごはん 厚揚げのみそ汁 さんまのうまか煮 こまつなのごま和え 牛乳 
17 ごはん マーボーじゃが 春雨サラダ 牛乳 	18 スパゲッティナポリタン フレンチドレッシングサラダ むらさきいもチップス 牛乳 	19 ごはん キムチ豚汁 厚焼きたまご 白菜の中華和え 牛乳 	20 黒糖パン えびボールスープ マカロニグラタン ミックスフルーツ 牛乳 	21 ごはん 玉ねぎのみそ汁 さばのカレー焼き ちくわの和え物 牛乳 
24 いりこ菜ごはん じゃがいものみそ汁 いわしの梅煮 とりささみの和え物 牛乳 	25 わかめうどん チーズはんぺんフライ レモンゼリー 牛乳 	26 ごはん 中華コーンスープ 焼きぎょうざ もやしのナムル 牛乳 	27 ブランパン コンソメスープ チキンソテー スパゲッティサラダ 牛乳 	28 ポークカレーライス コーンサラダ 牛乳 
31 五目ごはん かぼちゃのみそ汁 焼き春巻き 牛乳 				

※赤字は、一部幕別産の食材を使用しています。

(今月の幕別産は、玉ねぎ・じゃがいも・豚肉です。)