

				1日	755	2日	790	予約締切日	
				麦入りご飯 魚のねぎみそ焼き 小松菜のおかか和え 肉じゃが煮 みそ汁		混ぜ寿司 竹輪天ぷら 卵焼き ごまあえ みそ汁 きな粉大豆		1月19日 (金)	
5日	752	6日	756	7日	752	8日	756	9日	849
小松菜カレー丼 わかさぎのから揚げ わかめサラダ 牛乳寒天		麦入りご飯 豚肉の照焼き ごま和え 切干大根の煮物 みそ汁 果物		麦入りご飯 あんかけ卵焼き チキン&ビーンズ 和風サラダ みそ汁		麦入りご飯 魚のみそ焼き 青のりポテト じゃこ炒め 豚汁		麦入りご飯 ミックスフライ マカロニソテー ベジタブルスープ グリーンサラダ	
12日		13日	789	14日	744	15日	755	16日	748
建国記念の日 振替休日		麦入りご飯 鶏肉の唐揚げねぎソースかけ 大豆と野菜の炊き合わせ みそ汁 りんごヨーグルト		ショア スパゲッティミートソース チーズ入りオムレツ きゃべつのサラダ ミルクスープ 果物		麦入りご飯 魚の煮物 じゃが芋の金平 春雨サラダ みそ汁		ポテトトースト カレーシチュー コールスローサラダ 果物	
19日	789	20日		21日		22日		23日	
麦入りご飯 メンチカツ 茹でにんじん 小松菜サラダ みそ汁								天皇誕生日	
26日	766	27日	752	28日	811	29日	749		
麦入りご飯 じゃこ炒め 鶏肉のみそ漬け焼き 五目豆 みそ汁		麦入りご飯 魚のごま焼き パリパリサラダ じゃがいもと生揚げの煮物 みそ汁		そぼろご飯 揚げ豆腐の野菜あんかけ みそ汁 果物		チキンピラフ ツナサラダ 卵スープ ポテトカレーパイ			
									2月16日 (金)



献立は変更になる場合があります。牛乳は毎日提供します。(14日は飲用牛乳はありません) 右上の数値はエネルギー量 (kcal) です。