

令和 7年 1月



月	火	水	木	金	土	日
		1日	2日	3日	4日	5日
					シチュー ごはん ミートボール サラダ 	★ <b>休日</b> ★
6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
うどん わかめごはん きんぴら野菜 ゼリー 	チキン南蛮 ごはん ナムル みそ汁 	カレーの具 ごはん マカロニサラダ バナナ スープ 	魚フライ ごはん コールスロー みそ汁 	焼きそば おにぎり 野菜の胡麻和え 中華スープ 	親子丼の具 ごはん 煮物(小鉢) サラダ みそ汁 	★ <b>休日</b> ★
13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
ハヤシライスの具 ごはん コロッケ スープ 	ミートスパゲッティー おにぎり サラダ スープ 	サバの塩焼き ごはん 野菜のマヨ和え すまし汁 	マーボー豆腐 ごはん 中華サラダ スープ 	白身フライ丼の具 ごはん スパサラ バナナ みそ汁 	からあげ ごはん 酢の物 みそ汁 デザート 	★ <b>休日</b> ★
20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
中華丼の具 ごはん ギョーザ 中華サラダ スープ 	酢どり ごはん 中華サラダ スープ 	にゅうめん ゆかりごはん サツマイモの天ぷら 和風サラダ 	コロッケ ごはん ひじき煮 みそ汁 	とり天 ごはん サラダ スープ 	豆腐ハンバーグ ごはん お浸し みそ汁 デザート 	★ <b>休日</b> ★
27日	28日	29日	30日	31日		
そばろ丼の具 ごはん 白身フライ(小鉢) お浸し みそ汁 	チリコンカン ごはん 卵焼き スープ 	肉じゃが ごはん かぼちゃのサラダ みそ汁 	ちゃんぽん おにぎり 野菜サラダ 春巻き 	豆腐の卵とじ ごはん きんぴら野菜 みそ汁 		