
















月	火	水	木	金
		9 ごはん・牛乳 マグロのごまみそ 小松菜ともやしのおひたし かきたま汁・りんご	10 小パン・牛乳 七草がゆ ホキのフライ ポテトサラダ	11 とふめし・牛乳 焼きはんぺん 七福なます・みかん ゆばとえのきのすまし汁
				
14	15 小パン・牛乳 かぶらのポトフ プレーンオムレツ スパゲティサラダ	16 ごはん・牛乳 ぶた汁・大型のり 手作りサケふりかけ 白菜と水菜のゆず風味	17 パン・牛乳 とうふの煮物 シューマイのあま酢あんかけ かぶらのサラダ・みかん	18 赤飯・牛乳 マスの塩焼き ほうれん草とえのきのおひたし のっぺい汁・焼きプリン
				
21 ごはん・牛乳 みそおでん サバでんぶ 白菜と水菜のごま和え	22 パン・牛乳 たまごチーズサラダ 大豆のトマトスープ煮 キウイ	23 黒豆ごはん・牛乳 焼イカ キャベツのあま酢ゆず風味 ぼたん汁・みかん	24 小パン・牛乳 白菜のクリーム煮 淡路玉ねぎコロッケ 海草サラダ	25 タコめし・牛乳 サワラの塩焼き 花野菜サラダ 粕汁(かすじる)・いよかん
				
28 ごはん・牛乳 すきやき煮 焼きシシャモ カニの酢の物	29 小パン・牛乳 にゅうめん チキンカツ れんこんサラダ	30 ゆかりごはん・牛乳 アジのから揚げ ごぼうサラダ 大根のみそ汁・きんかん	31 小パン・牛乳 カレーうどん 焼きチキンウィンナー・りんご ほうれん草のアーモンド和え	