



1/14

ご飯／牛乳

鶏のから揚げ／スパゲティサラダ

いわしのつみれ汁

1月17日

キムチチャーハン／牛乳

かぼちゃのサラダ／春雨スープ



1月18日

ご飯／牛乳

ツナメンチ／カミカミサラダ

打ち豆のみそ汁



1月19日

コッペパン／みかんジャム／牛乳

野菜コロッケ／ジャーマンポテト

アルファベットスープ



1月20日

ご飯／牛乳

鶏肉のマーマレード焼き／昆布の煮物

豆乳入りみそ汁



減塩

メニュー