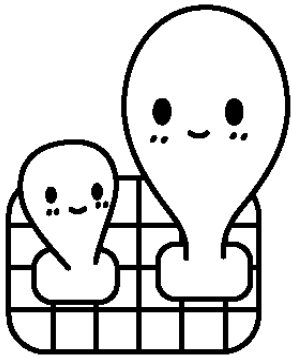
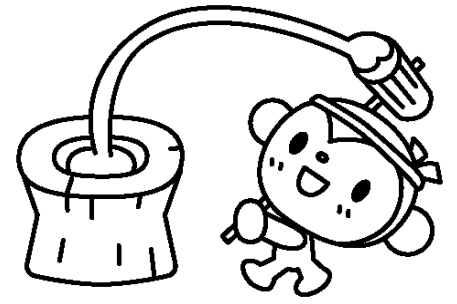


1月

もりつけ表



1 / 8 (金)

おしょうがつの
こんだて

さけのこうはくすづけ
くろまめ

牛乳

なめし ぞうに

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| 1 / 1 1 (月) | 1 / 1 2 (火) | 1 / 1 3 (水) | 1 / 1 4 (木) | 1 / 1 5 (金) |
| <p>せいじん ひ 成人の日</p> | <p>パリパリサラダ</p> <p>チキンライス オニオン スープ</p> | <p>じゃがいもの みそドレサラダ</p> <p>ムロぶしごはん ちゃんこじる</p> | <p>3年生以上 2本</p> <p>ちくわのいそべあげ ごもくまめ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん さといもの みそじる</p> | <p>みずなのサラダ</p> <p>ビスキュイパン かぶシチュー</p> |
| 1 / 1 8 (月) | 1 / 1 9 (火) | 1 / 2 0 (水) | 1 / 2 1 (木) | 1 / 2 2 (金) |
| <p>とうふのうまに</p> <p>ごはん ゆきみじる</p> | <p>りんご</p> <p>カレーライス コールスロー サラダ</p> | <p>サーターアングー</p> <p>おきなわふう まぜごはん もずくスープ</p> | <p>ぶりのみぞれがけ やさいのピリからあえ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん すましじる</p> | <p>ほうれんそうソテー</p> <p>牛乳</p> <p>はちみつ レモンパン チキンのトマトに</p> |
| 1 / 2 5 (月) | 1 / 2 6 (火) | 1 / 2 7 (水) | 1 / 2 8 (木) | 1 / 2 9 (金) |
| <p>とうにゆう チョコプリン</p> <p>キムチ ワンタンスープ チャーハン</p> | <p>じぶにふう はくさいのおひたし</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん かきたまじる</p> | <p>ゆかりあえ</p> <p>牛乳</p> <p>ぎゅうどん なめこの みそじる</p> | <p>いちご</p> <p>牛乳</p> <p>シーフード きりぼしだいごんの ラーメン ちゅうかサラダ</p> | <p>たまごサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>きんぴら バーガー ABCスープ</p> |

あけまして
おめでとう!



今月のきゅうしょくもくひょう

さまざまな料理や
食品の栄養についてしよう