

# 1月献立カレンダー ぱんだ組

	月	火	水	木	金
	3日	4日	5日	6日	7日
献立		ごはん 石狩鍋 ちりめんサラダ	カレーライス 野菜サラダ バナナ	牛丼 刻み昆布のごま和え りんご	ごはん 白身魚の塩焼き チンゲン菜のおかか和え すまし汁/バナナ
おやつ		おかかおにぎり	ヨーグルト	かぼちゃのきなこ団子	さつまいものケーキ
	10日	11日	12日	13日	14日
献立		ごはん 筑前煮 みそ汁	ごはん ぶりのたつた揚げ ブロッコリーの割醤油和え みそ汁	ごはん そぼろ煮 小松菜のお浸し すまし汁/みかん	ごはん 白身魚のホイル焼き 大阪しろなのおかか和え 中華スープ
おやつ		わかめおにぎり	さつまいものケーキ	しらすトースト	かぼちゃのケーキ
	17日	18日	19日	20日	21日
献立	ロールパン 大豆のハヤシチュー りんごのサラダ バナナ	ごはん 豆腐と野菜のうま煮 みそ汁 いよかん	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き すまし汁	ごはん じゃぶ煮 小松菜の炒め煮 りんご	ごはん 白身魚のケチャップあん ブロッコリーのごま和え 野菜と大豆のスープ
おやつ	かぼちゃのきなこ団子	さつまいもパイ	ヨーグルト	おふラスク	さつまいものケーキ
	24日	25日	26日	27日	28日
献立	ごはん 八宝菜 春雨のサラダ みかん	ごはん ローストチキン チンゲン菜のお浸し もずくスープ/いよかん	ごはん さわらの照り焼き ひじきの炒め煮 みそ汁	ごはん マーボー豆腐 なたね和え りんご	ごはん 白身魚のみそ煮 小松菜のごま和え けんちん汁
おやつ	おかかおにぎり	しらすトースト	さつまいものケーキ	さつまいもパイ	かぼちゃケーキ
	31日				
献立	ロールパン クリームシチュー 白菜の和風サラダ バナナ				
おやつ	きな粉おにぎり				