



# こんだてひょう

桂堂学園

月	火	水	木	金	土
毎食、麦茶と牛乳が提供されます。	献立が変更になる場合があります。	1日 元旦 	2日 	3日 	4日 ごはん 赤魚の煮つけ ひじき煮物 みそ汁(わかめ・高野豆腐) 果物
		6日	7日	8日	9日
味噌ラーメン ブロッコリーと ササミのサラダ 果物	ごはん 豚肉とエリンギの甘味噌炒め 小松菜のサラダ 七草のスープ 果物	親子丼 和風ツナキャベツサラダ みそ汁(大根・油揚げ) 果物	ごはん 鶏肉のカaramelバター照り焼き ほうれん草のゴマ和え ワンタンスープ ヨーグルト	ごはん 鮭の照り焼き きゅうりともやしの中華和え 具沢山だし活スープ 果物	ごはん プチハンバーグ スパサラ みそ汁(もやし・ニラ) 果物
13日 成人の日 	14日	15日	16日	17日 お誕生会	18日
ごはん じゃが芋と厚揚げの煮物 白菜の味噌マヨ和え みそ汁(しめじ・長ネギ) 果物	ごはん ホッケの塩焼き 切干大根の炒め煮 せんべい汁 果物	カレーライス ツナコーンサラダ もずくスープ りんごゼリー	鶏とひじきの炊き込みご飯 ハンバーグ 和風サラダ 冬野菜のみそ汁 ケーキ	ごはん ポークケチャップ 春雨の酢の物 みそ汁(なめこ・豆腐) 果物	
20日 ☆豚ひき肉とニラのスタミナ丼 ポテトチーズサラダ みそ汁(めかぶ・長ネギ) 果物	21日	22日	23日 パンの日	24日	25日
ごはん すき焼き風煮物 きゅうりともやしの中華和え ニラ玉スープ ヨーグルト	ごはん メバルの煮つけ ほうれん草のなめ茸和え けんちん汁 果物	ごまロールパン チリコンカン きゅうりとちくわのツナマヨ和え 春雨スープ 果物	わかめうどん ☆かぼちゃの唐揚げ べったら漬け 果物	ごはん 春巻き マカロニサラダ きのこ鶏の味噌バタースープ 果物	
27日	28日 親子ふれあいデー	29日	30日	31日	
マーボー丼 さつま芋の甘煮 みそ汁(ふのり・白菜) 果物	鶏の唐揚げ 豚汁 プリン	バラ大根 キャベツとハムのサラダ みそ汁(わかめ・玉ねぎ) 果物	ナポリタン レタスサラダ きのこのスープ 果物	ごはん さばのから揚げ甘酢あんかけ もやしのサラダ みそ汁(小松菜・厚揚げ) 果物	