

D a o p 1月の指導計画・・・食文化に関心をもつ。A B C E

月	火	水	木	金	土					
				1 元旦	2 冬休み					
				4 冬休み		5 白がゆ 高野豆腐煮物	6 白がゆ 大根のそぼろ煮	7 白がゆ 煮込みうどん	8 白がゆ ポトフ風煮	9 白がゆ 鶏団子と野菜煮
				米・鶏ミンチ・高野豆腐 人参・玉ねぎ・小松菜	米・鶏ミンチ・大根 玉ねぎ・人参 ほうれん草	米・鶏ミンチ・うどん 玉ねぎ・人参・白菜 豆腐	米・鶏ミンチ・キャベツ 玉ねぎ・人参・じゃが芋 ブロッコリー	米・鶏ミンチ・じゃが芋 人参・玉ねぎ・ひじき	ラムネ	バナナ
11 成人の日	12 しらすがゆ 肉団子汁	13 白がゆ 白身魚の煮物	14 白がゆ 里芋のみぞれ煮	15 白がゆ 八宝菜	16 味噌うどん					
米・鶏ミンチ・大根 人参・里芋・ほうれん草	米・白身魚・玉ねぎ 人参・白菜・水菜	米・里芋・大根・豆腐 小松菜・人参	米・鶏ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ チンゲン菜	うどん・鶏ミンチ・人参 玉ねぎ・大根・小松菜 味噌	みかん	ビスケット	ふかし芋	ゼリー	パン	
18 白がゆ すき焼き風煮	19 白がゆ さつまいもの煮物	20 白がゆ 鶏ミンチと豆腐煮	21 白がゆ けんちん煮	22 白がゆ 南瓜のそぼろ煮	23 豆腐のあんかけ丼					
米・鶏ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ・豆腐 すきふ	米・鶏ミンチ・さつまいも 人参・玉ねぎ	米・鶏ミンチ・豆腐 人参・玉ねぎ	米・鶏ミンチ・里芋 大根・人参	米・鶏ミンチ・人参 玉ねぎ・南瓜・小松菜	米・豆腐・人参・白菜 玉ねぎ					
豆乳クッキー	りんご	ゼリー	おさつスナック	お米パフ	パン					
25 白がゆ 肉じゃが	26 鮭がゆ にゅうめん	27 白がゆ 白菜とツナの煮物	28 白がゆ 千切大根煮物	29 白がゆ 豆腐の中華風煮	30 お遊戯会					
米・鶏ミンチ・じゃが芋 人参・玉ねぎ	米・鮭・豆腐・人参 玉ねぎ・そうめん てまりふ	米・ツナ・白菜・人参 玉ねぎ・ブロッコリー	米・千切大根・人参 ちくわ・高野豆腐 グリーンピース	米・鶏ミンチ・人参 白菜・豆腐・玉ねぎ チンゲン菜						
みかん	マリー	蒸しパン	バナナ	お米スナック						

☆献立は変更する事があります。