

1月の指導計画・・・食文化に関心をもつ。

月	火	水	木	金	土
1/31 白がゆ 冬野菜のスープ					1 元旦
米・鶏ミンチ・大根 人参・白菜・水菜 玉ねぎ					
かぼちゃポーロ					
3 冬休み	4 冬休み	5 中華丼風 わかめスープ	6 白がゆ 煮込みうどん	7 白がゆ 肉じゃが	8 白がゆ トマトシチュー風
		米・鶏ミンチ・人参 玉ねぎ・チンゲン菜 わかめ	米・うどん・鶏ミンチ 人参・玉ねぎ・白菜 長ねぎ	米・鶏ささみ・じゃが芋 人参・玉ねぎ グリーンピース	米・マカロニ・トマト 玉ねぎ・人参 ブロッコリー
		アンパンマンせんべい	バナナ	ビスコ	パン
10 成人の日	11 白がゆ さつまい	12 白がゆ ポトフ風煮	13 白がゆ 南瓜のそぼろ煮	14 白がゆ 鶏団子と野菜煮	15 白がゆ キャベツとツナ煮
	米・鶏ミンチ・さつまい 人参・玉ねぎ・しろ菜 豆腐	米・鶏ミンチ・人参 じゃが芋・トマト ブロッコリー	米・鶏ミンチ・南瓜 人参・玉ねぎ ほうれん草	米・鶏ミンチ・大根 人参・豆腐・小松菜 小芋	米・キャベツ・玉ねぎ ツナ・人参・じゃが芋 ブロッコリー
	豆乳クッキー	お米パフ	コーンフレーク	りんご	パン
17 白がゆ すき焼き風煮	18 白がゆ けんちん汁	19 白がゆ さつまいとひじき煮	20 白がゆ 鶏団子と白菜煮	21 白がゆ 白身魚のあんかけ	22 ちゃんこ風うどん
米・鶏ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ・すきふ 焼き豆腐	米・鶏ミンチ・大根 人参・小芋・小松菜	米・鶏ミンチ・ひじき さつまい・人参・玉ねぎ グリーンピース	米・鶏ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ・じゃが芋	米・白身魚・人参 玉ねぎ・ブロッコリー	うどん・鶏ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ・豆腐
みかん	ウエハース	ゼリー	ふかし芋	バナナ	パン
24 白がゆ 豆腐の中華煮	25 鮭がゆ 千切大根と里芋煮	26 白がゆ 筑前煮風	27 白がゆ 鶏だんご汁	28 白がゆ 八宝菜	29 おゆうぎ会
米・鶏ミンチ・豆腐 玉ねぎ・人参・白菜 チンゲン菜	米・鮭・千切大根 人参・小芋 グリーンピース	米・鶏ミンチ・人参 じゃが芋・玉ねぎ 小松菜	米・鶏ミンチ・玉ねぎ 人参・里芋・大根 白菜	米・鶏ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ・鶏ガラ チンゲン菜	
りんご	ビスケット	ゼリー	パン	紫芋せんべい	

☆献立は変更する事があります。