

1月

2014年

日	月	火	水	木	金	土
			1日 元日	2日	3日	4日 あわご飯 ソーメン汁 鶏肉野菜巻き 大根炒め 焼き茄子
5日	6日 芋ご飯 イナムルチ チキン煮付け キャベツ炒め 和え物	7日 あわご飯 卵スープ 魚バジルオイルソテー いんげんソテー サラダ	8日 麦ご飯 味噌汁 さんま蒲焼き 小松菜炒め 豆腐和え	9日 あわご飯 味噌汁 チキンソテー 肉じゃが ゴマ和え	10日 麦ご飯 ワカメスープ 魚ピカタ ブロッコリーソテー サラダ	11日 あわご飯 味噌汁 かき揚げ おから炒め 酢の物
12日	13日 成人の日 たき込みご飯 味噌汁 ほっけ キャベツ炒め 酢の物	14日 麦ご飯 沖縄そば シューマイ揚げ 豆腐チャンプルー 和え物	15日 あわご飯 味噌汁 チキン煮付け カリフラワーソテー アボカド和え	16日	17日	18日
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
26日	27日	28日	29日	30日	31日	

材料その他の都合により献立を変更する場合があります