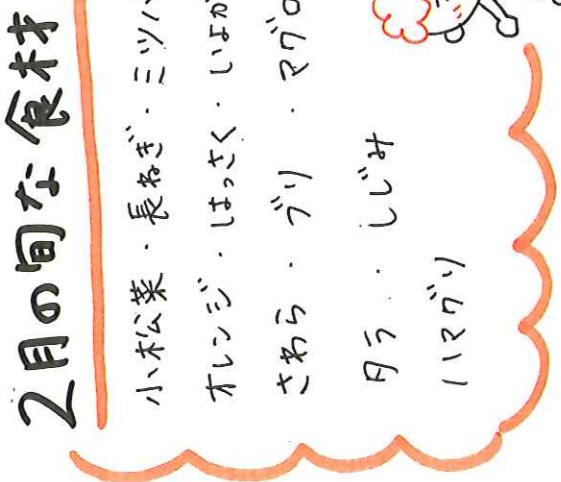




| 日付 | 献 立 | お や つ | 熱や力になる | 血・肉・骨になる | 体の調子を整える |
|----------------|---|--------------------|--------------------------|----------------------------------|---|
| 13 27 (月) | 油揚げと鶏肉の煮物 えのきのシルバーサラダ キヤベツのみぞ汁 オレンジ | 牛乳 手作りジャコナッツ | こんにゃく 春雨 | 牛乳 油揚げ・鶏肉 さつま揚げ かたくちいわし | しいたけ・にんじん・たけのこ きゅうり・わかめ・レタス・えのき キヤベツ・たまねぎ・オレンジ |
| 14 28 (火) | ひじきと野菜の卵焼き風 ちくわのサラダかつお節風 小松菜としめじのスープ 木ワイトゼリー | 牛乳 オレンジ | 麩 | 牛乳 豚ひき肉・卵 ちくわ・ベーコン カルピス | にんじん・しいたけ・グリンピース たまねぎ・ひじき・レタス・小松菜 きゅうり・しめじ・オレンジ・寒天 |
| 15 29 (水) | じやがいものすき焼き風 ごまごま春雨サラダ 大根のみぞ汁 フルーツヨーグルト | 牛乳 黒ごまパンケーキ | ちらつき じやがいも 小麦粉・バター | 牛乳・卵 木綿豆腐 豚肉・ハム ヨーグルト | たまねぎ・にんじん・しいたけ 白菜・キヤベツ・きゅうり・コーン 大根・えのき・みかん缶・バナナ |
| 2 16 (木) | かじきまぐろのトマト煮 キヤベツもりもりマカロニサラダ かほちやどなめこのみぞ汁 アツブレゼリー | 牛乳 はっさく | マカロニ | 牛乳 かじきまぐろ きな粉 | ピーマン・たまねぎ・きゅうり にんじん・キヤベツ・コーン かぼちゃ・なめこ・わかめ |
| 3 17 (金) | 鬼に負けないぞ～！豆カレー ゴマドレサラダ 湯とうふ オレンジ | 牛乳 鬼退治だんご | じやがいも 上新粉 白玉粉 | 牛乳 豚肉・大豆 豆腐 | りんごジュース・寒天・はっさく たまねぎ・グリンピース・にんじん コーン・レタス・きゅうり オレンジ |
| 4 18 (土) | スペゲティナポリタン オレンジ | | スペゲティ | 豚ひき肉 | たまねぎ・にんじん・ピーマン |
| 6 20 (月) | 切り干し大根とひじきの煮物 ジャコサラダ お芋とわかめのスープ パナナ | 牛乳 黒糖チーズ蒸しパン | こんにゃく じやがいも 小麦粉 | 牛乳 さつま揚げ 油揚げ・豚肉 卵・チーズ | 切り干し大根・にんじん・しいたけ ひじき・キヤベツ・きゅうり たまねぎ・わかめ・バナナ |
| 7 21 (火) | さわらのパン粉焼き 大根ツナサラダ 白菜とベーコンのスープ オレンジゼリー | 牛乳 りんご | パン粉 | 牛乳 さわら・ベーコン ツナ | 大根・きゅうり・にんじん キヤベツ・白菜・オレンジジュース 寒天・りんご |
| 8 22 (水) | さといもと豚肉のみぞ煮 きのことベーコンのサラダ キヤベツのコンソメスープ グレープフルーツ | 牛乳 フレンチトースト | さといも こんにゃく 食パン・バター | 牛乳 豚肉・卵 ベーコン ヨーグルト | 大根・にんじん・レタス・しめじ えのき・キヤベツ・たまねぎ グレープフルーツ |
| 9 23 (木) | にんじんハンバーグ 白菜と元のきのおかか和え じやがいものみぞ汁 みかんゼリー | 牛乳 ヨーグルト パナナ | パン粉 じやがいも | 豚ひき肉 卵・油揚げ ヨーグルト | たまねぎ・にんじん・白菜・レタス きゅうり・ひじき・コーン・えのき わかめ・みかん |
| 10 24 (金) | 炒り豆腐 ひじきの海藻サラダ きのことわかめのすまし汁 みかん | 牛乳 コロコロドーナツ | 麩 小麦粉 バター | 牛乳 鶏肉・木綿豆腐 卵 | にんじん・しいたけ・白菜・レタス きゅうり・ひじき・コーン・えのき わかめ・みかん |
| 25 (土) | 焼きそば オレンジ | 中華めん | | 豚肉 | キヤベツ・玉ねぎ・にんじん オレンジ |
| 24 (金) | ■生会メニュー 「かさじぞう」 お楽しみに～★ | 牛乳 コロコロドーナツ | | ● ● ● ● ● ● | ● ● ● ● ● ● |



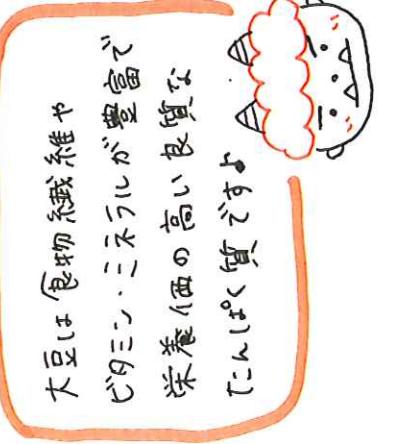
2月3日(火) 豆分!!

豆分に豆まきをするのはなぜ? ?

豆まきには悪魔のような鬼の目
「魔目(まめ)」にめがけて豆を投げると
「魔滅(まめ)」魔が滅する!!という
意味があります。
節分の日に豆まきをして邪氣を追い出す
1年の無病息災を願います!!

この日のメニューは

豆かし〜



1年の無病息災を願います!!