

2026年1月



今年も  
たくさんたべてね！

9



牛乳  
こくとうあげパン  
パリパリかいそうサラダ  
じゃがいものスープに

12

13

14

15

16

成人の日



ジョア／むぎごはん  
ぶりのあまからに  
なっとう  
きりたんぼじる



牛乳／いかチャーハン  
とりにくの  
ユーリンソースかけ  
ちゅうかふうコーンスープ  
スイートスプリング



牛乳／おしむぎごはん  
ソイドンのぐ  
ごまだれサラダ  
くりいりしらたまぜんざい



牛乳  
ツナとあさりのペペロン  
チーノスパゲッティー  
はなやさいサラダ  
さつまいもとりんごの  
ケーキ

19

20

21

22

23



牛乳  
れんこんごはん  
たらのしおねぎソース  
ちゃんこじる



牛乳／じこなうどん  
ごまじる  
わかめのすのもの  
いもけんぴ  
いちごゼリー



牛乳／ツイストパン  
えだまめいりひじきの  
マリネ  
サーモンチャウダー  
はるか



牛乳／むぎごはん  
ジャージャンどうふ  
えのきとこまつなのナムル



牛乳／むぎごはん  
うまにどん  
だいずのしゃりしゃりあげ  
ぼんかん

26

27

28

29

30



牛乳  
とうふめし  
きびなごサクサクあげ  
ほうとうじる



牛乳  
スパゲッティー  
ミートビーンズ  
あおのりポテト  
フレンチサラダ



牛乳  
きびいりごはん  
こまつなとわかめのサラダ  
しせんどうふ  
マーラーカオ



牛乳／チキンライス  
オムライスようたまごやき  
ケチャップ  
ジュリエンスープ  
あおのりポテト



牛乳／むぎごはん  
ホッケいちやぼし  
なめたけあえ  
のっぺいじる  
ささだんご

せんせいが  
オムライスに  
絵をかきました！

