

1月31日

牛乳、おにぎり、とんこつラーメン、鶏肉の葱ソース



1月28日

飲むヨーグルト、ご飯、コンソメスープ、鯨のノルウェー煮、こんにゃく寒天のサラダ



1月27日

牛乳、ご飯、厚揚げの中華煮、太刀魚のピリ辛ソース、ナムル



1月26日

牛乳、ご飯、豆腐の味噌汁、豚肉の竜田揚げ、柚子和え



1月25日

牛乳、コッペパン、ブラウンシチュー、焼きフルト、キャベツのソテー



1月24日

牛乳、ご飯、豚汁、鯖の塩焼き、小松菜のたいたん



1月21日

牛乳、のりご飯、通るスープ、絶対カツ、パンプキンサラダ



1月20日

牛乳、セルフチャーハン、五目スープ、鶏肉の唐揚げ



1月19日

コーヒー牛乳、ご飯、ポトフ、ハンバーグ、ツナサラダ



1月18日

牛乳、ご飯、豚じゃが、卵焼き、ブロッコリーのおかか和え、ミニたい焼き（あんこ）



1月17日

牛乳、ご飯、わかめスープ、テジプルコギ、チヂミ



1月14日

牛乳、ご飯、白玉雑煮、鮭の味噌漬け焼き、紅白なます



1月13日

牛乳、カレーライス、チキンサラダ、フルーツミックス

