

本耶馬溪共同調理場

1月 献立表

日	曜日	献立		
		主食	副食	添え物
8	木	コッペパン	フルーツヨーグルト ミートボールのハヤシソース	
9	金	少なめごはん	とりめしの具 白玉雑煮	
13	火	ミルクパン	切干し大根のささみ和え 汁ビーフン	
14	水	ごはん	おろしハンバーグ 麻婆豆腐	ブロッコリーサラダ
15	木	小型米粉パン	手作りほうれん草キッシュ ポークビーンズ	
16	金	ごはん	チャプチェ キムチ汁	ぽんかん
19	月	ごはん	ほうれん草のしそひじき和え じゃが芋のそぼろ煮	
20	火	小型コッペパン	ペンネのミートソース オニオンスープ	
21	水	少なめごはん	れんこんチップス こぎつねうどん	ふりかけ
22	木	小さい耶馬溪のお茶パン	ポテトのチーズ焼き 冬野菜のスープ煮	
23	金	ごはん	和風サラダ チキンカレー	
26	月	ごはん	コロコロチキン南蛮 みぞれ汁	一食ノンエッグタルタルソース
27	火	小型黒糖パン	手作り石垣もち 春雨スープ	
28	水	ごはん	鮭の塩焼き 厚揚げのみそ汁	たくあん炒め
29	木	コッペパン	ジビエドライカレー 豆腐と野菜のスープ	
30	金	少なめごはん	ちゃんぽん	茎わかめのきんぴら