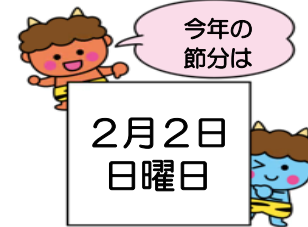



































































2月の目標

かぜに負けない体をつくろう



盛り付け例



<p>3 (月)</p> <p>副菜は ありません とりの肉の 野菜甘酢あんかけ</p>    <p>ごはん つみれ汁</p>	<p>4 (火)</p> <p>副菜は ありません ハンバーグの オニオンソースがけ</p>    <p>ごはん ミネストローネ</p>	<p>5 (水)</p> <p>副菜は ありません ブルコギ風豚丼</p>    <p>ごはん 中華風 コーンスープ</p>	<p>6 (木)</p> <p>副菜は ありません ポークしゅうまい 3個</p>    <p>中華麺 ガタタンラーメン</p>	<p>7 (金) <input type="checkbox"/> 中濃ソース</p> <p>副菜は ありません こんにゃくの炒り煮 まぐろカツ</p>     <p>ごはん いもだんご汁</p>
<p>10 (月)</p> <p>副菜は ありません 大根ととりの肉の オイスターソース煮 春巻き</p>     <p>ごはん 白菜の中華スープ</p>	<p>11 (火)</p> <p>建国記念の日</p> 	<p>12 (水)</p> <p>副菜は ありません マーボー豆腐</p>    <p>ごはん 春雨スープ</p>	<p>13 (木)</p> <p>副菜は ありません とりの肉のガーリック揚げ</p>    <p>デンニッシュ ペストリー ソース焼きそば</p>	<p>14 (金)</p> <p>副菜は ありません もやしの カレー炒め あじカツフライ</p>     <p>ごはん 豚汁</p>
<p>17 (月)</p> <p>副菜は ありません うま塩 キャベツ とりの肉のさっぱり煮</p>     <p>ごはん 三平汁</p>	<p>18 (火)</p> <p>副菜は ありません レバーフランクフルトの ショアソースがけ 冬野菜の 米粉シチュー</p>    <p>黒パン</p>	<p>19 (水)</p> <p>副菜は ありません キムチチャブチェ 餃子ロール</p>     <p>ごはん わかめスープ</p>	<p>20 (木)</p> <p>副菜は ありません にんじんかき揚げ</p>    <p>地粉うどん 肉うどん</p>	<p>21 (金) <input type="checkbox"/> 中濃ソース</p> <p>副菜は ありません きんぴらごぼう 太刀魚フライ</p>     <p>ごはん みぞれ汁</p>
<p>24 (月)</p> <p>振替休日</p> 	<p>25 (火)</p> <p>副菜は ありません パンパンジー サラダ スパイシーチキン 米粉マカロニの スープ</p>     <p>食パン</p>	<p>26 (水)</p> <p>副菜は ありません ごぼうのから揚げ 茶飯 おでん</p>   	<p>27 (木)</p> <p>副菜は ありません フルーツ寒天 いかの オイスター焼き</p>     <p>中華麺 和風みそラーメン</p>	<p>28 (金)</p> <p>副菜は ありません いよかん 焼きウィンナー ぎょうにゅう 2ほん チキンカレー</p>     <p>ごはん</p>

☆食缶やおかず入れは、熱いので中身が出ないように気をつけて運びましょう。(やけどに注意)