

月	火	水	木	金
	11 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) プレーンオムレツ ほうれん草のアーモンド和え	12 わかめごはん・牛乳 あんかけうどん デカンショねぎのかき揚げ いよかん	13 パン・牛乳 大豆のトマトスープ煮 フィレオチキン かぶと水菜のサラダ・りんご	14 とふめし・牛乳 岩津ねぎ入り平天 七福なます じゃがいものみそ汁・プチたい焼き
				
17 ごはん・牛乳 手作りサケふりかけ 白菜と水菜の即席漬け ぶた汁・味付けのり	18 ごはん・牛乳 ミンチカツカレー風味 茎わかめの酢の物 なめこのみそ汁	19 ごはん・牛乳 炒りとうふ ひじきの煮物 キャベツのゆかり和え	20 パン・牛乳 スープスパゲティ チキンウインナー ドレッシングサラダ・りんご	21 赤飯・牛乳 ホッケの塩焼き ほうれん草ともやしのおひたし けんちん汁・ゆずゼリー
				
24 ごはん・牛乳 じゃぶ煮 ハタハタの磯辺揚げ カニの酢の物	25 黒豆ごはん・牛乳 寒ザワラのデカンショねぎソース 切り干し大根のごま和え ぼたん汁・ミニトマト	26 もち麦ごはん・牛乳 姫路おでん れんこんのはさみ揚げ ひねぼん	27 パン・牛乳 白菜のクリーム煮 タイのバジルソース 海藻サラダ・淡路みかん	28 ごはん・牛乳 明石ダコの和風コロッケ 菜の花サラダ かす汁
				
31 ごはん・牛乳 とり肉のから揚げ ツナとわかめの酢の物 とうふのみそ汁				
				
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>《1月に使用した地元野菜》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">・水菜 <li style="width: 50%;">・ほうれん草 <li style="width: 50%;">・だいこん <li style="width: 50%;">・かぶ <li style="width: 50%;">・ねぎ <li style="width: 50%;">・デカンショねぎ <li style="width: 50%;">・はくさい <li style="width: 50%;">・大納言小豆 <li style="width: 50%;">・米 <li style="width: 50%;">・黒大豆 </div>				