

2月 こん だて ひょう わくわく献立表

旬の食べ物
しゅん た もの
 春菊 ブロッコリー
しゅんきく
 ほうれん草 小松菜 みかん
ほうれんそう こまつな



今月の目標
こんげつ もくひょう
 マナーを考えて食事をしよう！
まなが しよくじ



		1 (水) ピタパン ケバブ バブチュ・チョルバス ヨーグルト <トルコのアジ>	2 (木) いわしのかばやき マロニーのすのもの みそけんちんじる ふくまめ	3 (金) やきにくどん トックいりたまごスープ おこめ de みかんタルト
6 (月) とんかつ ボイルキャベツ いものこしる	7 (火) さばのこうみやき おでん まめまめみそしる	8 (水) コッペパン ハムカツ イタリアンスパゲティ さつまいものシチュー	9 (木) キムチチャーハン ちゅうかコーンスープ	10 (金) とりにくの ケチャップあえ ひじポテサラダ はくさいスープ
13 (月) ちくわのいそべあげ ごもくだいず すましじる	14 (火) ハンバーグ・ デミソースがけ コーンサラダ チョコプリン	15 (水) にくうどん コロッケ ツナごぼうサラダ	16 (木) マーボーだいこん ナムル サンラータン	17 (金) たちうおのたつたあげ ゆかりあえ きみのふるさとみそしる
20 (月) カレーライス フレンチサラダ	21 (火) とりてん ぽんずあえ かきたまじる	22 (水) ハニーロール ボロネーゼ グリーンサラダ	23 (木) てんのうたんじょうび 	24 (金) くりごはん しろみぎかなフライ ごまあえ いなかじる
27 (月) あげギョーザ ちゅうかマヨサラダ わかめスープ	28 (火) たきこみごはん とうふハンバーグ にゅうめん			