

2023年

1月



日	月	火	水	木	金	土
1 元旦 休み 	2 休み	3 休み	4 休み	5 わかめご飯弁当 春雨の和え物	6 ザンギ弁当 れんこん炒め 和え物	7
8	9 成人の日 休み	10 おにぎり弁当 ザンギ 卵焼き	11 マーボーうどん弁当 さつまいも煮 ラーバーツァイ	12 サンドイッチ弁当 ポテトフライ チーズ	13 ふりかけごはん弁当 うま煮 マカロニサラダ	14
15	16 焼きそば弁当 ミニおにぎり 高野豆腐	17 かき揚げ弁当 胡麻和え	18 白菜とミートボールの炒め物 弁当 ハムカツ	19 チンジャオロース弁当 ごぼう甘辛煮 ナムル	20 マーボー豆腐弁当 キャベツソテー	21
22	23 磯部ハンバーグ弁当 コーンソテー ポテトフライ	24 かぼちゃマカロニグラタン 弁当 しらす和え	25 中華丼弁当 キャベツハムサラダ	26 豚丼弁当 春雨サラダ 枝豆	27 親子丼弁当 ベーコンとほうれん草の炒 め物	28
29	30 三食丼弁当 豆腐マヨ	31 カレーチキン弁当 ひじき煮 かぼちゃサラダ				

※副菜はその日の都合により変更があります。

