

2023ねん

1 がつ



Instagram

firstfoods.kg

検索



はじめました♪

毎日更新中!!



follow me!



9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)
 成人の日	お赤飯(ゴマ塩) 照り焼き豆腐ハンバーグ 梅型人参 ほうれん草ともやしのさっと煮 黄桃缶	ツナマヨおにぎり ハムカツケチャップかけ いんげんのゴマ和え どうもろこし煮	ゆかりおにぎり ほくほく肉じゃが ブロッコリーのツナ和え 魚肉ソーセージ	カレーライス 乳酸菌飲料
16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)
ホワイトロールパン トマト煮込みハンバーグ 水菜としめじのさっと煮 おからポテト	鮭フレークおにぎり 春雨とひき肉の甘辛炒め れんこん天 小松菜のごま和え 肉団子ケチャップ煮	刻みのりおにぎり 鶏肉の竜田揚げ キャベツとコーンのソテー 九条ネギと油揚げの甘辛煮 みかん缶 九条ねぎは京都府産★	もちもちコーンおにぎり アジ大葉フライソースかけ ポテトサラダ 白菜と胡瓜の塩昆布和え	エビピラフ ポトフ 小松菜とごぼうのさっと煮 チキンナゲット
23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)
ナポリタンスパゲティ 鶏肉の照りマヨ焼き ブロッコリーのツナ和え さつま芋のレモン煮	刻みのりおにぎり 鶏肉と大豆のカレー煮込み ほうれん草の白和え みかん缶	カレーライス 乳酸菌飲料	じゃこおかかおにぎり 筑前煮 赤かぶかまぼこ 大根葉ともやしのさっと煮 シャインマスカットゼリー	ハヤシライス オレンジゼリー
30 (月)	31 (火)			
刻みのりおにぎり エビカツ野菜タルタルかけ 小松菜と油揚げのさっと煮 ウィナーケチャップ煮	ゴマ塩おにぎり 鶏肉と野菜の塩だれ炒め 胡瓜と白菜のおかか和え カレーコロッケ			

