
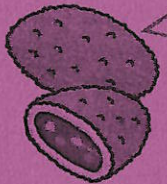
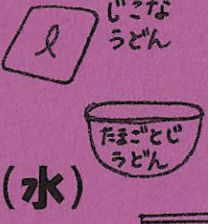



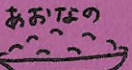






令和  
5年

# 2月 イラストこんだてひょう

	 <p>カレーパン 作ります!</p>	 <p>じこなうどん いよかん たまごじらどん にしよくてんぷら (ぎざかま・さつまいも) ごまあえ</p> <p>1(水)</p>	 <p>なまあげと うずらたまごのあまずい ホリホリうめだいにん ごはん ほろさめ スープ</p> <p>2(木)</p>	 <p>せつぱん ポーロ いわしの うめい きりぼしだいにんの サラダ だいきり びじきごはん さといも じら</p> <p>3(金)</p>
 <p>はるか ごぼうのキャシュ リナヒコーン ピラフ ミネスト ローネ</p> <p>6(月)</p>	 <p>ヒヨからにくじやが いそかあえ ごはん とうふと わかめの みそしる</p> <p>7(火)</p>	 <p>しらぬい かぼちやのにもの たまごどん (ごはん) ごまあえ とんじり</p> <p>8(水)</p>	<p>おたんじょうび きゅうしょく フルーツ ヨーグルト カレーパン ポトフ</p> <p>9(木)</p>	 <p>さばのみそに とさず あえ ごはん ごじる</p> <p>10(金)</p>
 <p>ジヤージヤンとうふ もやし ナムル ごはん わかめ スープ</p> <p>13(月)</p>	 <p>チョコフォン ホロト入り オムレツ いもとおあな のピラフ キャベツの スープ</p> <p>14(火)</p>	 <p>ちゅうかめん たいがくいもち マーボー ラーメン ちゅうかあえ</p> <p>15(水)</p>	 <p>はるか ステーキ ピコリス キーマカレー (ごはん) たまご スープ</p> <p>16(木)</p>	<p>しょくいくのひ うらがみ そば ごまみそかけ ごはん ヒカド</p> <p>17(金)</p>
 <p>にしよあげいん (キャラメル) ごま グリーンサラダ とうふの スープに</p> <p>20(月)</p>	 <p>きなこふうみの おまめデザート ひじきのマリネ トマトクリーム スパゲッティ ごまつな スープ</p> <p>21(火)</p>	 <p>ぶりの だいにん からしあえ のりの つくばい ごはん たまねぎと じやがいの みそしる</p> <p>22(水)</p>	<p>てんのうたんじょうび 天皇誕生日</p> <p>23(木)</p>	 <p>きびなごの からあげ ホリホリ きゅうり やきにく チャーハン ちゅうか スープ</p> <p>24(金)</p>
 <p>ヤシヨム 千金 もやし ナムル ごはん ごま キムチじり</p> <p>27(月)</p>	 <p>ひじきのピリリッ とサラダ アーモンド トースト ポロウ ピラフ</p> <p>28(火)</p>	<p>2月3日は節分です。</p> 		