



1月の献立表



	1月 1日 (水)	1月 2日 (木)	1月 3日 (金)	1月 4日 (土)	1月 5日 (日)	1月 6日 (月)	1月 7日 (火)
朝食	・ご飯 (150g) 梅びしお 三種盛り(かずのこ) 清汁(ふ) 黒豆煮	・ご飯 (150g) たいみそ 三種盛り(にりん長布巻、かまぼこ、とうふく豆世煮) 味噌汁(じやがいも)	☆スクランブルエッグ ・ご飯 (150g) 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆厚揚げの炒め物 ・ご飯 (150g) 味噌汁(いり) ふりかけ	☆卵とじ(はんぺん) ホタテ雑炊 味噌汁(玉葱)	☆オムレツ ・ご飯 (150g) 味噌汁(ふ) たらこふりかけ	☆ウインナーソテー ・ご飯 (150g) 味噌汁(ふ) のり佃
昼食	赤飯 ゆかりごはん さわらの西京焼き 付合(はじかみ生姜) 若鳥二色巻き ほうれん草巻き 伊達巻き 煮しめ 栗きんとん 菊花カブラ 雑煮 果物(みかん)	・ご飯 (150g) カレーのうに焼き 付合 ・大根のゆずあんかけ 胡瓜とカニの酢の物 清汁(卵豆腐) 缶果物(黄桃缶) <div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">1/1・2はパンの提供が出来ません。ご不便お掛けします。</div>	・ご飯 (150g) 天ぷら盛り合わせ ☆煮物(がんも) 白菜の辛子和え 清汁(ふ) 缶果物(白桃缶)	ちらし寿司 南瓜の煮物 ほうれん草の柚子和え 清汁(ふ) りんごゼリー	・ご飯 (150g) 白身魚トマトソース チンゲン菜のクリーム煮 ・貝割れサラダ(大根) コンソメスープ(えのき) 缶果物(白桃缶)	・ご飯 (150g) 鮭のムニエルタルタルソース カリフラワーのコンソメ煮 杓苺草サラダ 味噌汁(油揚げ) ヨーグルト	七草粥 ホッケ照り焼き 炒め物(アスパラ) 冷やっこ 清汁(ふ) 缶果物(パイン缶)
夕食	・ご飯 (150g) 筑前煮 卵焼き 紅白なます 清汁(ふ) 漬物(かつぱ)	・ご飯 (150g) ・松風焼 冬瓜のくず煮 ほうれん草のごま和え 味噌汁(いり) 漬物(たくあん)	・ご飯 (150g) ブリの照焼き 付合 里芋の煮物 青梗菜の和え物 味噌汁(わかめ) 漬物(紀ノ川)	・ご飯 (150g) 豚しょうが焼き じやがいも煮物 ブロッコリーのドレ和え 味噌汁(わかめ) 漬物(高菜漬け)	・ご飯 (150g) 豚肉と白菜のごまだれ(かつ) キャベツごぼう インゲンの梅肉和え 清汁(豆腐) 漬物(かつぱ)	・ご飯 (150g) 鶏団子と野菜の煮物 煮物(なす) もやしのお浸し 味噌汁(いり) 漬物(しば漬け)	・ご飯 (150g) 鶏肉の甘酢あん しらたきのピリ辛炒め なめたけ和え(チゲン) 味噌汁(いり) 漬物(かつぱ)
3時	紅白まんじゅう ※抹茶ゼリー	チョコパイ ※イチゴムース	さつまいも饅頭 ※プリン	鈴カステラ ※オレンジゼリー	カステラ ※マロンババロア	蒸しパン抹茶 ※抹茶ゼリー	一口カステラ ※カボチャプリン

▲ラベンダー・オリーブ

おしるこ

▲シナモン

おしるこ

4F
初釜



1月の献立表



	1月8日(水)	1月9日(木)	1月10日(金)	1月11日(土)	1月12日(日)	1月13日(月)	1月14日(火)
朝食	☆炒り豆腐 ・ご飯(150g) 味噌汁(麩) たいみそ	☆ハムエッグ ・ご飯(150g) 味噌汁(しめじ) のり佃	☆厚揚げの炒め物 ・ご飯(150g) 味噌汁(しい) ビーフふりかけ	☆煮物(がんも) ・ご飯(150g) 味噌汁(しい) 梅びしお	☆あんかけ豆腐 卵雑炊 味噌汁(ふ)	☆卵とじ(はんぺん) ・ご飯(150g) 味噌汁(わかめ) ビーフふりかけ	☆厚揚げの煮物 ・ご飯(150g) 味噌汁(しい) たらこふりかけ
昼食	・ご飯(150g) ・さばの塩焼き たらこ煮(ほうれん草) ゴマ酢和え(もやし) 味噌汁(麩) ・オレンジゼリー	・ご飯(150g) ・牛肉時雨煮 ・白菜と揚げの煮物 トマトサラダ 清汁(ふ) 缶果物(ミックス)	大根と揚げの炊き込み ごぼん 鱈の幽庵焼き ☆卵の花 酢の物(きゅうり) 味噌汁(玉葱) 果物(みかん)	・ご飯 タンドリーチキン 小松菜の煮物 ・大根サラダ ミネストローネ プリン	・ご飯(150g) ポークピカタ ・大豆煮豆 じゃこピーマン 味噌汁(ふ) 缶果物(みかん缶)	・ご飯(150g) クリームシチュー ・炒め物(ポロコリ) コールスローサラダ 缶果物(白桃缶)	・にしんそば ・ちくわの磯部揚げ 茄子の生姜和え ヨーグルト
夕食	・ご飯(150g) エビフライ 煮物(小松菜) かき揚げサラダ 味噌汁(えのき) 漬物(高菜漬け)	・ご飯(150g) 蒸し鮭村イトロス ・なす田楽 さつまいもとりんごの サラダ コンソメスープ (玉ねぎ) 漬物(しば漬け)	・ご飯(150g) 豚みそ炒め 春雨の炒め物 ・レモン和え(白菜) 味噌汁(ふ) 漬物(刻みたくあん)	・ご飯(150g) ・鱈のねぎソース ひじきの煮物 もやしのゆかり和え 中華スープ(しめじ) 漬物(紀ノ川)	・ご飯(150g) 鯖の味噌煮 茄子の土佐煮 和え物(白菜) 味噌汁(ふ) 漬物(かつぱ)	・ご飯(150g) サケの南部焼き ・南瓜のはちみつレモン 煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁(しい) 漬物(刻みたくあん)	・ご飯(150g) ・かれいおろし煮 ・煮物(切り干し大根) ポテトサラダ 清汁(とろろ昆布) 漬物(たくあん)
3時	ミニマフィン 青りんごゼリー	鯛饅頭 ※イチゴゼリー	田舎饅頭 ※バニラババロア	牛乳ケーキ ※ピーチムース	もみじ饅頭 ※チョコババロア	エクレア ※イチゴババロア	バナナカステラ ※抹茶ババロア



▲ミツバ

誕生日ケーキ

▲ミント・アロエ

おしるこ

3F
初釜

2F
初釜

▲パセリ

誕生日ケーキ

▲セージ

プリンアラモード

▲ジャスミン

誕生日ケーキ