



1月の献立



	1月1日(土)	1月2日(日)	1月3日(月)	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)
朝	☆三種盛り(かずのこ) ご飯 清汁(麩) 梅びしお	☆三種盛り(昆布巻き) 鮭雑炊 味噌汁(じゃがいも)	☆炊き寄せほたて ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(白菜) ビーフふりかけ	☆卯の花 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ
昼	赤飯 <small>鱈の西京焼き・若鳥二色巻き ほうれん草巻き・伊達巻 煮しめ・栗きんとん 雑煮(やわらか餅) みかん</small>	ご飯 カレイのうに焼き 大根の柚子あんかけ きゅうりの酢の物 清汁(玉子豆腐) 黄桃缶	ご飯 天ぷら盛り合わせ がんもの煮物 白菜の辛子和え 雑煮(かぶ) 白桃缶	ちらし寿司 かぼちゃの煮物 ほうれん草の柚子和え 清汁(麩) りんごゼリー	ご飯 クリームシチュー きのこソテー 大豆サラダ 黄桃缶	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ しらたきのピリ辛炒め 菊菜のなめたけ和え 味噌汁(麩) ミックス缶	七草粥 鱈の南部焼き 高野豆腐の含め煮 ほうれん草のしらす和え 味噌汁(麩) 黄桃缶
夕	ご飯 筑前煮 玉子焼き 紅白なます 清汁(麩) かっぱ漬け	ご飯 松風焼 冬瓜のくず煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(えび団子) 刻みたくあん	ご飯 ぶりの照焼き 里芋の煮物 チンゲン菜のしらす和え 味噌汁(わかめ) 紀ノ川漬け	ご飯 豚肉の生姜焼き じゃがいもの煮物 ブロッコリーのドレ和え 味噌汁(わかめ) 柴漬け	ご飯 かに玉風 蒸ししゅうまい ほうれん草のとろろ和え 中華スープ(わかめ) 高菜漬け	ご飯 白身魚のフリッター 人参のたらこソテー きゅうりの洋風ナムル コンソメスープ(玉ねぎ) 柴漬け	ご飯 ポークビーンズ キャベツのソテー カリフラワーサラダ 味噌汁(えのき) 紀ノ川漬け
おやつ	紅白饅頭 抹茶ゼリー	栗饅頭 いちごムース	レモンケーキ プリン	鈴カステラ オレンジゼリー	シュークリーム ピーチゼリー	カステラ いちごムース	パンケーキメイプル バニラババロア

4F

ミツバ
誕生日ケーキ

ジャスミン・パセリ
ババロア

サフラン・タイム
おしるこ

3F

2F

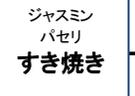


令和四年



1月の献立



	1月8日(土)	1月9日(日)	1月10日(月)	1月11日(火)	1月12日(水)	1月13日(木)	1月14日(金)
朝	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆がんもの煮物 ほたて雑炊 味噌汁(麩)	☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆はんぺんの玉子とじ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(わかめ) のり佃	☆ウインナーソーテ ご飯 味噌汁(豆腐) たいみそ
昼	ご飯 白身魚のパン粉焼き なすのそぼろあんかけ グリーンサラダ ミネストローネ みかん 	ご飯 きのこ麻婆豆腐 ブロッコリーの中華炒め トマトの甘酢和え 中華コーンスープ パイン缶	ご飯 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 キャベツのマスタード和え 清汁(とろろ昆布) 黄桃缶	ご飯 八宝菜 春巻き 白和え 中華スープ(しめじ) ヨーグルト	ご飯 すき焼き きんぴらごぼう トマトサラダ 味噌汁(わかめ) パイン缶	あんかけ五目うどん なすの揚げだし キャベツとわかめの和え物 みかん缶	ご飯 鮭のマスタード焼き ほうれん草の炒め物 トマト甘酢和え 味噌汁(麩) 白桃缶 
タ	ご飯 酢豚 チンゲン菜の炒め物 人参サラダ 中華スープ(わかめ) かっぱ漬け	ご飯 鯖のみぞれ煮 切り干し大根の煮物 いんげんのピーナツ和え 清汁(麩) 柴漬け	ご飯 鯖の幽庵焼き 大根の煮物 ブロッコリーサラダ 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 白身魚の紅葉焼き 冬瓜とひき肉の煮物 菊菜の生姜和え 味噌汁(麩) 柴漬け	ご飯 鰯の野菜あんかけ 小松菜の煮浸し ポテトサラダ 味噌汁(麩) かっぱ漬け	ご飯  水炊き 太刀魚の蒲焼き がんもの煮物 いんげんの梅肉和え 清汁(えのき) 高菜漬け	ご飯  すき焼き 豚肉の生姜焼き 五目煮豆 白菜のレモン和え 味噌汁(揚げ) 刻みたくあん
おやつ	抹茶ワッフル コーヒーゼリー	チョコバウムクーヘン マロンババロア	マドレーヌ チョコババロア	ミニマフィン いちごババロア	鯛焼きカスタード 抹茶ゼリー	ドーナツ チョコババロア	どら焼き 青りんごゼリー

 サフラン・タイム、ミツバ、バジル
おしるこ

 ミント・アロエ
プリンアラモード

 サフラン・タイム
桜餅

 シナモン・セージ
おしるこ



1月の献立



	1月15日(土)	1月16日(日)	1月17日(月)	1月18日(火)	1月19日(水)	1月20日(木)	1月21日(金)
朝	☆煮奴 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆オムレツ 鮭雑炊 味噌汁(麩)	☆はんぺんの玉子とじ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお
昼	ご飯 牛肉の玉子とじ 小松菜とちくわの煮物 なすのおかか和え 味噌汁(大根) みかん	ご飯 ほっけの味噌漬け焼き 厚揚げの炒め物 きゅうりのピリ辛和え 清汁(麩) パイン缶	ご飯 鯖の塩焼き ひじきの煮物 菊菜のお浸し 味噌汁(麩) みかん缶	ご飯 チキンカレー きのこソテー ブロッコリーミモザサラダ ヨーグルト サフラン タイム	ご飯 赤魚の煮付け さつまいもの甘煮 いんげんの梅おかか和え 味噌汁(なす) パイン缶	大根と揚げの炊き込みご飯 白身魚の黄身焼き 揚げだし豆腐 ピーマンとツナの和え物 味噌汁(麩) 白桃缶 シナモン セージ	ご飯 デミグラスハンバーグ ほうれん草のソテー 人参のマスタード和え コンソメスープ(玉ねぎ) ミックス缶
タ	ご飯 蒸し鮭ホワイトソース きのこソテー グリーンサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) かつぱ漬け	ご飯 大根と豚肉の煮物 ささがきごぼうの炒め物 ほうれん草の和え物 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 肉豆腐 レンコンの炒め物 おくらのわさび和え 清汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 味噌鍋 千草焼き じゃがいもと玉ねぎのソテー ほうれん草のサラダ 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 ポークチャップ ピーマンのひき肉炒め 玉ねぎサラダ コンソメスープ(しめじ) 高菜漬け	ご飯 醤油鍋 牛肉の旨煮 五目野菜煮 アスパラの胡麻和え 清汁(とろろ昆布) 紀ノ川漬け	ご飯 鯖の柚子焼き 冬瓜のくず煮 きゅうりの梅肉和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん
おやつ	あんドーナツ いちごムース	あずきカステラ いちごゼリー	ベルギーワッフル ピーチムース	田舎饅頭 コーヒーゼリー	バウムクーヘン 柚子ムース	バナナカステラ 抹茶ババロア	牛乳ケーキ チョコババロア

オリーブ、パセリ
誕生日ケーキ

ミント
誕生日ケーキ

ジャスミン
誕生日ケーキ

ラベンダー・オリーブ
クレープ





1月の献立



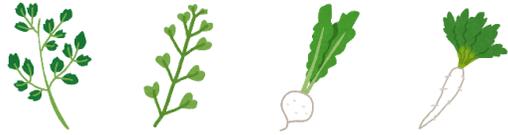
	1月22日(土)	1月23日(日)	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)
朝	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆はんぺんの玉子とじ しらす雑炊 味噌汁(麩)	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(じゃがいも) たらこふりかけ	☆煮奴 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(はんぺん) たらこふりかけ
昼	ご飯 から揚げみぞれ煮 いんげんの醤油ソテー 白和え 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 豚肉のトマト煮 白菜のコンソメ煮 アスパラサラダ 味噌汁(麩) 黄桃缶	酸辣湯麺 カニしゅうまい 白菜のささみ和え みかん缶	ご飯 カレーのムニエル ラタトゥイユ おくらのツナ和え コンソメスープ(玉ねぎ) 白桃缶	ご飯 鱈の梅煮 南瓜のそぼろ煮 白菜の生姜和え 味噌汁(えのき) ミックス缶	ご飯 鶏チリ なすの含め煮 チンゲン菜のお浸し 中華スープ(わかめ) みかん缶	ご飯 ほっけの塩焼き 五目煮豆 菊菜のおかか和え 清汁(麩) みかん
タ	ご飯 白身魚のカレーマヨネーズ焼き 春雨の炒め物 菊菜の磯和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 鱈の煮付け ひじきの煮物 ブロッコリーの辛子マヨ和え 清汁(えのき) 柴漬け	ご飯 白身魚のフリッター キャベツのソテー アスパラツナサラダ 味噌汁(玉ねぎ) かっぱ漬け	ご飯 温野菜棒棒鶏風 ホタテフライ いんげんサラダ 中華スープ(しめじ) 高菜漬け	ご飯 豚肉の辛子醤油炒め ふろふき大根 ほうれん草の辛子和え 味噌汁(麩) かっぱ漬け	ご飯 豆乳鍋 カレーの煮付け さつまいもの甘煮 アスパラの胡麻和え 味噌汁(しめじ) 刻みたくあん	ご飯 焼肉風 ブロッコリーのコンソメ煮 長芋とおくらの磯和え 味噌汁(麩) かっぱ漬け
おやつ	紅葉饅頭 抹茶ゼリー	スイートポテト饅頭 ピーチムース	一口カステラ オレンジゼリー	エクレア いちごババロア	お菓子盛り合わせ コーヒー牛乳プリン	チョコミニマフィン バニラババロア	カスタードケーキ プリン

ラベンダー
誕生日ケーキ

ジャスミン・パセリ
ホットケーキ
 シナモン・セージ
ねぎ焼き

ミント・アロエ
パウンドケーキ

セージ
誕生日ケーキ



1月の献立



	1月29日(土)	1月30日(日)	1月31日(土)				
朝	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(はんぺん) たいみそ	☆煮奴 五目雑炊 味噌汁(麩)	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ				
昼	ご飯 白身魚のチーズ焼き なすの香味炒め 大豆サラダ 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 鮭の南蛮漬け 大根の炒めなます 長芋とおくらの磯和え 味噌汁(わかめ) 黄桃缶	ご飯 鶏肉の味噌漬け焼き チンゲン菜の煮物 さつまいもサラダ 清汁(えのき) 白桃缶				
タ	ご飯 豚肉と白菜のごまだれかけ きんぴらごぼう トマトサラダ 清汁(麩) かつぱ漬け	ご飯 豚と舞茸の炒め物 小松菜の煮物 カリフラワーの和え物 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 カレイの甘酢あんかけ もやしの炒め物 ブロッコリーサラダ 味噌汁(麩) かつぱ漬け				
おやつ	紫芋饅頭	初雁	カカオケーキ				
	プリン	抹茶ゼリー	チョコババロア				

ミツバ・バズル

たこ焼き