

1月献立

日付	01月01日(木)	01月02日(金)	01月03日(土)	01月04日(日)			
朝	御飯 祝い肴 春菊の和え物 ふりかけ(かつお) みそ汁(キャベツ) 牛乳	御飯 祝い肴 オクラ湯葉和え ふりかけ(さけ) みそ汁(かぶ) 牛乳	パン スケランブルエッグ なめけけ和え コンソメスープ(ジャガイモ) 牛乳	御飯 豆腐の炒り煮 オクラおかか和え ふりかけ(ししゃ) みそ汁(しろな) 牛乳			
昼	※ 仕入れの都合や、業務の都合上などで、 変更になることがありますので、ご了承ください			赤飯 魚の西京漬焼き 煮しめ フルーツ(みかん) お吸い物(とろろ昆布)			
おやつ		雪見うさぎまんじゅう	人形焼き	スイートポテト			
夕		御飯 ふくさ焼き たらこ炒め きゅうりの酢の物 わかめ煮	御飯 豚肉の中華炒め ホテバター醤油炒め 紅白なます 漬物(しば漬)	御飯 魚の梅風味焼き ふろふき大根 キャベツの練りコマ和え 煮豆(ういば)			
日付	01月05日(月)	01月06日(火)	01月07日(水)	01月08日(木)	01月09日(金)	01月10日(土)	01月11日(日)
朝	御飯 かぼちゃの煮物 おろし和え ふりかけ(たまご) みそ汁(青菜) 牛乳	パン 白菜のソテー スペゲティサラダ みそ汁(冬瓜) トマトスープ	御飯 高野の卵とじ インゲン胡麻和え ふりかけ(たらこ) みそ汁(じゃが芋) 牛乳	御飯 ちくわとしろなの煮浸し パンフキンサラダ ふりかけ(かつお) みそ汁(ナス) 牛乳	パン 野菜ソテー かに風味サラダ ボタージュ 牛乳	御飯 がんもの煮物 酢の物(がりフラー) ふりかけ(さけ) みそ汁(ほうれん草) 牛乳	御飯 煮奴 インゲン胡麻和え ふりかけ(ししゃ) みそ汁(冬瓜) 牛乳
昼	御飯 シラの七味焼き 大豆サラダ フルーツ缶(黄桃) みそ汁(ナス)	キーマカレー キッハツサラダ 香の物(福神漬) フルーツヨーグルト	散らし寿司 ぶりの刺身 鶏肉の信田巻き チーズ 茶碗蒸し	おにぎり 肉玉うどん つゆ ほうれん草のゆず和え フルーツ缶(白桃)	御飯 たらこと里芋の卵焼き スパゲティサラダ フルーツ缶(ミカン) お吸い物(つみれ)	御飯 チキンカツ ごぼうの炒め煮 ビタミンセリー ¹ コンソメスープ(小松菜)	麦ごはん 白身魚のチーズ焼き じゃが芋煮 フルーツ缶(マンゴー) かき玉汁
おやつ	ココアワッフル	水まんじゅう	ドームケーキ(こしあん)	☆ピザまん	酒饅頭	カスタードケーキ	大福
夕	御飯 ハンバーグ テミソース かぶとあさりのコンソメ煮 カリフラーのサウサン和え 香の物(千切沢庵)	御飯 さわらの山椒煮 ごぼうの煮物 ほうれん草のツナ和え 梅干し	七草粥 鶏の甘酢あんかけ ピーナツ炒め オクラのなめけけ和え 昆布豆	御飯 カレイのマスタート焼き 切干大根の煮物 さつまいものサラダ わかめ煮	御飯 水炊き風 ひじきの煮物 大根サラダ 煮豆	御飯 さばの塩焼き しろなの卵とじ 青菜のお浸し 漬物(しその実)	御飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃのとろろ煮 ナムル 香の物(さくら大根)
日付	01月12日(月)	01月13日(火)	01月14日(水)	01月15日(木)	01月16日(金)	01月17日(土)	01月18日(日)
朝	御飯 かぶとつみれ煮物 モロヘイヤのひたし ふりかけ(たまご) みそ汁(厚揚げ) 牛乳	パン 冬瓜の旨煮 マロニサラダ トマトスープ 牛乳	御飯 肉詰めいらないの煮物 青菜の和え物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(小松菜) 牛乳	御飯 高野豆腐の煮物 塩昆布和え ふりかけ(かつお) みそ汁(かぼちゃ) 牛乳	パン じゃが芋のとろろ煮 パンフキンサラダ コンソメソース(小松菜・椎茸) 牛乳	御飯 卵とじ オクラおかか和え ふりかけ(たらこ) みそ汁(豆腐) 牛乳	御飯 青菜の煮浸し 豆の胡麻和えサラダ ふりかけ(たらこ) みそ汁(厚揚げ) 牛乳
昼	御飯 ピーチシュー 盛り合わせサラダ フルーツ(りんご)	御飯 さわらのみりん焼き 春雨の炒め物 フルーツ缶(洋梨) お吸い物(ほうれん草)	炒飯 麻婆なます フルーツ缶(黄桃) 中華ソース(春雨)	おにぎり 味噌ラーメン スープ 肉巻 フルーツ缶(ハイン)	御飯 ほっけの塩焼き レモンの炒め煮 フルーツ缶(白桃) みそ汁(白菜)	御飯 豚肉のピリ辛炒め なすの煮物 フルーツ(ハイン) みそ汁(牛蒡)	麦ごはん 白身魚のムニエル タルタルソース ちくわの煮物 ビタミンセリー ¹ みそ汁(さつまいも)
おやつ	ハウスクーヘン	たい焼き	☆プリン	そば饅頭	和のパンケーキ(きなこ)	吹雪饅頭	シュークリーム
夕	御飯 赤魚のもろみ焼き ホテソテー 豆サラダ 漬物(しば漬)	御飯 にら玉焼き いかと里芋の煮物 インゲンのコマドレ和え 漬物(千切沢庵)	御飯 あじのみりん焼き じゃが芋のスープ煮 人参とかリフラーのピクルス 香の物(千切沢庵)	御飯 ぶり大根 金平ごぼう しろなおかか和え 煮豆(うぐいす)	御飯 チキン南蛮 五目煮 7ロゴリーのねりごま和え 漬物(高菜漬)	御飯 さばの生姜煮 田楽 小松菜の錦糸和え わかめ煮	御飯 八宝菜 里芋の煮物 小松菜のごま和え 香の物(さくら大根)
日付	01月19日(月)	01月20日(火)	01月21日(水)	01月22日(木)	01月23日(金)	01月24日(土)	01月25日(日)
朝	御飯 だし巻卵 プロコリーの胡麻和え ふりかけ(かつお) みそ汁(かぶ) 牛乳	パン だいこんのベーコン煮 ボテトサラダ トマトスープ 牛乳	御飯 厚揚げの炒り煮 インゲンのとろろ和え ふりかけ(さけ) みそ汁(もやし) 牛乳	御飯 ほうれん草ベーコンソース 里芋のピーナツソース ふりかけ(ししゃ) みそ汁(なす) 牛乳	パン 黒酢のミートボール さつまいのサラダ クリームスープ 牛乳	御飯 がんもと冬瓜の煮物 オクラの湯葉和え ふりかけ(たらこ) みそ汁(白菜) 牛乳	御飯 炒め煮 菜の花の和え物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(玉葱) 牛乳
昼	照り焼き丼 ほうれん草のお浸し フルーツ(オレンジ) 赤だし(なめこ)	御飯 揚げだし豆腐の野菜あんかけ かぼちゃ煮 フルーツ缶(ハイン) みそ汁(とうめん)	御飯 ロールキャベツ 春雨サラダ フルーツ缶(黄桃) コーンスープ	えびピラフ たまごとプロコリーのサラダ いちごセリー ¹ コンソメスープ(小松菜)	御飯 魚の野菜あんかけ 小松菜の白和え フルーツ缶(みかん) みそ汁(キャベツ)	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め ひじきの炒め煮 フルーツ缶(りんご) みそ汁(だいこん)	御飯 さばの塩焼き ごぼうの甘辛煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(青菜)
おやつ	きみしぐれ	蒸しパン(黒糖)	☆チコババロア	水まんじゅう	ドームケーキ(カスタード)	上用饅頭(赤)	レモンケーキ
夕	御飯 かれいの漬け焼き 豆腐チキンブル カリフラーの甘酢和え 漬物(しその実)	御飯 牛ごじ エビシュウマイ ビーマンとしらすの和え物 煮豆	御飯 白身魚の七味焼き 切干大根の炒め煮 カリフラーのトマトソース和え 煮豆(うぐいす)	御飯 ポークステーキ かぶの煮物 チキン菜の生姜和え 千切沢庵	御飯 キッシュ風オムレツ もやしのソテー ¹ なすのトマトソース和え 煮豆(うぐいす豆)	御飯 赤魚の煮付け 青菜のわさび和え かぶの浅漬け 漬物(しば漬)	御飯 牛肉の生姜炒め さといものゆずみそかけ ほうれん草の和え物 漬物(しその実)
日付	01月26日(月)	01月27日(火)	01月28日(水)	01月29日(木)	01月30日(金)	01月31日(土)	
朝	御飯 がんもどきのあんかけ モロヘイヤのひたし ふりかけ(かつお) みそ汁(しろな) 牛乳	パン シーフトたまご巻 大根サラダ オニオンスープ 牛乳	御飯 チキン菜のとろろ炒め煮 春雨サラダ ふりかけ(さけ) みそ汁(はんぺん) 牛乳	御飯 サツマイモのレモン煮 ほうれん草のお浸し ふりかけ(ししゃ) みそ汁(かぶ) 牛乳	パン ケチャップソテー ¹ 卵サラダ コンソメスープ(押麦) 牛乳	御飯 小松菜とウインナーの炒め物 五色なます ふりかけ(たらこ) みそ汁(かぼちゃ) 牛乳	
昼	おにぎり ラーメン スープ なすとビーマンの煮物 バナナムース	御飯 たらちり なすのポン酢和え フルーツ缶(カキ) みそ汁(もやし)	御飯 牛肉のスタミナ炒め 冬瓜の土佐煮 フルーツ缶(ミカン) みそ汁(白菜)	おにぎり 生姜あんかけうどん 生姜あん 青菜の中華和え フルーツ缶(りんご)	御飯 タントリーチキン スパゲティサラダ フルーツ(ハイン) みそ汁(玉ねぎ)	御飯 白身魚の竜田揚げ 野菜サラダ いちごセリー ¹ 味噌汁(なめこ)	
おやつ	炭酸饅頭	和のパンケーキ(抹茶)	味噌饅頭	☆クレープバウム	かすてら饅頭	クリームワッフル	
夕	御飯 シラの山椒焼き 里芋の鳴門煮 カリフラーの辛子マヨネーズ和え 梅干し	御飯 肉団子と白菜のクリーム煮 ピーナツ炒め 香の物(千切沢庵)	御飯 ほっけの塩こうじ焼き 揚げさつまいの昆布煮 白菜の浅漬け わかめ煮	御飯 豚肉と里芋の煮物 洋風白和え じゃが芋のたらご炒め 漬物(梅干し)	御飯 おでん 炒り豆腐 ツナサラダ	御飯 鶏すき ナスのオイスターソース炒め ほうれん草のナムル 煮豆	