

## 週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
1月1日 木曜日	御飯 高野豆腐の含め煮 牛乳 しば漬け  雑煮風	赤飯 ぶりの照り焼き 添え)春菊の辛子和え 花しんじょう煮 正月盛り合わせ  茶碗蒸し	黒胡麻プリン	御飯 ふくさ焼き 添え)たたきごぼう風 かぼちゃの煮物 カリフラワーとかいわれの梅ドレ和え  味噌汁
1月2日 金曜日	麦飯 厚揚げの生姜炒め 牛乳 のり佃煮  味噌汁	ちらし寿司 煮しめ  正月盛り合わせ 梅ゼリー  味噌汁	プチシュー(カスタード)	御飯 豚の角煮  里芋の柚子味噌かけ ほうれん草と人参のごま和え  すまし汁
1月3日 土曜日	御飯 いわしつみれの煮物 牛乳 梅干  味噌汁	御飯 すき焼き風  正月盛り合わせ なます(だいこん・人参)  すまし汁	ピーチゼリー	御飯 赤魚のたつた焼 添え)菜花のおかか和え ブロッコリーの塩麴炒め きゅうりの浅漬け  味噌汁
1月4日 日曜日	バターロール・スナックパン(野菜と果物) クリーム煮 牛乳 フルーツヨーグルト(みかん)  コンソメスープ	御飯 白身魚の和風パン粉焼き 添え)小松菜のわさび和え なすの煮びたし オクラとカニフレークの和ドレ和え  味噌汁	黒糖まんじゅう	御飯 肉団子の甘酢あん  じゃが芋の明太炒め 切干大根サラダ  すまし汁
1月5日 月曜日	御飯 五目煮豆 牛乳 たいみそ  味噌汁	御飯(小) 梅わかめうどん(温  エビミックスフライ 春菊と人参のゆずドレ和え  デザートムース(もも)	(スイーツ盛り合わせ)	御飯 あじの生姜ソース 添え)金平ごぼう がんもの煮物 ブロッコリーと玉ねぎのマヨポン和え  味噌汁
1月6日 火曜日	麦飯 白菜のフレーク煮 牛乳 赤かっぱ  味噌汁	御飯 鶏のポテト焼き 添え)ほうれん草のソテー ナポリタン(ミニ) カリフラワーと枝豆のセバドレ和え  コンソメスープ	バームクーヘン	御飯 豚肉の蒲焼炒め  里芋の煮物 胡瓜と玉ねぎの和ドレ和え  すまし汁
1月7日 水曜日	七草粥風 生麩の生姜煮 牛乳 白花豆  味噌汁	御飯 さばの竜田揚げ 添え)白菜のゆかり和え 冬瓜の薄くず煮 和風スイートサラダ  味噌汁	あずきババロア	御飯 鶏の中華蒸し  中華風クリーム煮 人参のナムル  中華スープ

※イベントや仕入れ状況により献立が変更になる場合があります

## 週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
1月8日 木曜日	御飯 焼き豆腐の煮物 牛乳 たくあん漬け  味噌汁	御飯 豚肉の味噌漬け焼き 添え)にんじんしりしり れんこんの土佐煮 ひじきサラダ  すまし汁	しっとりおからケーキ(チョコ)	御飯 オムレツ(デミソース)  菜の花のガーリック風味炒め コールスローサラダ  コンソメスープ
1月9日 金曜日	麦飯 じゃが芋のツナ煮 牛乳 青かつぱ  味噌汁	にぎり寿司 ミニ筑前煮  だしまきたまご フルーツカクテル  赤だし	マスカットゼリー	御飯 豆腐の和風煮  れんこんの青のりマヨ炒め もやしと豆苗の梅ドレ和え  すまし汁
1月10日 土曜日	御飯 ウインナーのソース炒め 牛乳 らっきょう  味噌汁	御飯(小) 豚骨醤油ラーメン  錦糸しゅうまい わかめと人参の中華ドレ和え  牛乳寒天ブルーベリー	ひとくち豆乳ドーナツ	御飯 カレイのみりん漬け焼き 添え)大学芋 大根のかにあんかけ 小松菜と玉ねぎの生姜和え  味噌汁
1月11日 日曜日	食パン 肉団子のトマト煮 牛乳 フルーツヨーグルト(りんご)  コンソメスープ	御飯 あじの大葉フライ 添え)キャベツ千切り 冬瓜の煮物 菜の花と人参のわさび和え  すまし汁	プリン	御飯 親子煮  にんにくの芽炒め オクラとえのきの青じそドレ和え  味噌汁
1月12日 月曜日	御飯 切り干し大根の炒り煮 牛乳 梅干  味噌汁	御飯 ミートローフ 添え)じゃがいもの香草和え ポトフ ほうれん草と黄ピーマンのフレンチドレ和え  コーンスープ	栗しぐれ(3個)	御飯 中華鍋風  春雨サラダ ザーサイ  中華スープ
1月13日 火曜日	麦飯 卵豆腐のあんかけ 牛乳 のり佃煮  味噌汁	御飯 豚の山椒焼き 添え)3色ピーマンの金平 さつまいもの煮物 白菜と豆苗の梅ドレ和え  味噌汁	コーヒゼリー	御飯 白身魚のマヨ和え  根菜煮 春菊ともやしの和ドレ和え  すまし汁
1月14日 水曜日	御飯 竹輪と青菜炒め 牛乳 桜漬け  味噌汁	天津飯 焼き目餃子  フルーツ(パイン缶) 胡瓜とわかめの中華ドレ和え  中華スープ	芋ようかん	御飯 豆腐ハンバーグ(照り焼き) 添え)小松菜の磯和え 田楽 白菜と枝豆の柑橘ドレ和え  すまし汁

※イベントや仕入れ状況により献立が変更になる場合があります

## 週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
1月15日 木曜日	御飯 ひじきの炒め煮 牛乳 赤かっぱ  味噌汁	御飯(小) カレーうどん  野菜コロッケ ブロッコリーとコーンのゆずドレ和え  ヨーグルト(いちごソース)	(おまかせおやつ)	御飯 ぶりの粕漬け 添え)いんげんのごま和え なすの生姜炒め もずく酢  すまし汁
1月16日 金曜日	麦飯 半平の和風炒め 牛乳 たくあん漬け  味噌汁	御飯 豚肉の和風パン粉焼き  里芋の煮物 ほうれん草とカニフレークの梅ドレ和え  すまし汁	マロンババロア	御飯 さばのみりん漬け焼き 添え)オクラの磯和え かぶのくずに さつまいものサラダ  味噌汁
1月17日 土曜日	御飯 さつま揚げの煮物 牛乳 たいみそ  味噌汁	御飯 干草焼き 添え)大根おろし ミニ塩肉じゃが 小松菜とコーンの辛子和え  すまし汁	青りんごゼリー	御飯 寄せ鍋  ビーフソテー しば漬け  味噌汁
1月18日 日曜日	黒糖ロール・スナックパン(野菜と果物) 春菊ときのこのバター炒め 牛乳 フルーツヨーグルト(パイナップル)  コンソメスープ	ゆかり御飯(小) わかめそば  鶏の照り焼 菜の花と人参の柑橘ドレ和え  デザートムース(いちご)	お茶まんじゅう	御飯 豆腐の味噌マヨ焼き 添え)ブロッコリーのにんにく炒め 大根の煮物 オクラとえのきの青じそドレ和え  すまし汁
1月19日 月曜日	御飯 がんものおかか煮 牛乳 梅干  味噌汁	御飯 温しゃぶ  カニクリームコロッケ 牛乳寒天あずき  すまし汁	たいやきこしあん	御飯 メバルの生姜煮  竹輪の青のり炒め カリフラワーと豆苗の和ドレ和え  味噌汁
1月20日 火曜日	麦飯 高野豆腐の煮物 牛乳 赤かっぱ  味噌汁	御飯 タラの明太マヨ焼き 添え)3色ピーマンの金平 冬瓜の煮物 春菊と錦糸のゆずドレ和え  味噌汁	バナラババロア	御飯 鶏の味噌バター炒め  かぼちゃの煮物 わかめときゅうりの酢の物  すまし汁
1月21日 水曜日	御飯 白菜とウインナーの煮物 牛乳 のり佃煮  味噌汁	ひじき御飯 ・刺身盛り合わせ  ・天ぷら盛り合わせ ・炊き合わせ  フルーツ(りんご缶) 赤だし	カステラ	御飯 チキンボールのクリーム煮  ペペロンチーノ  コンソメスープ

※イベントや仕入れ状況により、献立が変更になる場合があります

## 週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
1月22日 木曜日	御飯 大豆の煮物 牛乳 しば漬け  味噌汁	御飯 焼きうどん  かにボールの煮物 ほうれん草とコーンの和ドレ和え  味噌汁	プチケーキショコラ	御飯 ブリの煮付  ピーマンとゴーヤの味噌炒め 小松菜とえのきの青じそドレ和え  すまし汁
1月23日 金曜日	麦飯 冬瓜のツナ煮 牛乳 桜漬け  味噌汁	御飯 甘酢トンテキ 添え)粉ふき芋 なすの煮びたし <small>チンゲン菜とカニフレークのゆかり和え</small>  味噌汁	オレンジゼリー	御飯 鶏のしそパン粉焼き 添え)菜花のガーリック炒め 田楽(豆腐・大根) 海藻サラダ  すまし汁
1月24日 土曜日	御飯 高野豆腐煮 牛乳 青かつぱ  味噌汁	御飯 あじのみりん漬け焼き 添え)さつまいもの甘煮 ゴーヤチャンプル <small>小松菜とにんじんのマヨポン和え</small>  すまし汁	キャラメルプリン	御飯 牛肉とごぼうのしぐれ煮  和風じゃがいもの炒め オクラとコーンのゆずドレ和え  味噌汁
1月25日 日曜日	食パン マカロニケチャップ炒め 牛乳 フルーツヨーグルト(みかん)  コンソメスープ	御飯 八宝菜  唐揚げ(2個) もやしとぜんまいのナムル  中華スープ	(誕)バイクドチーズケーキ	御飯 マスの和風ムニエル 添え)蓮根の炒め 麩の煮物 胡瓜の塩昆布和え  すまし汁
1月26日 月曜日	御飯 大根葉の卵とじ 牛乳 三色豆  味噌汁	わかめ御飯(小) 肉きしめん  竹輪のチーズ磯辺揚げ ブロッコリーとコーンの和ドレ和え  デザートムース(もも)	白まんじゅう	御飯 豆腐の肉味噌かけ  里芋の煮物 春菊とえのきの柑橘ドレ和え  すまし汁
1月27日 火曜日	麦飯 卵豆腐のあんかけ 牛乳 たいみそ  味噌汁	御飯 鶏肉の山椒ソース 添え)3色ピーマンの金平 冬瓜の生姜煮 <small>ほうれん草とカニフレークのわさび和え</small>  すまし汁	ストロベリーゼリー	御飯 ブリの照り焼き 添え)オクラともやしのごま和え 切干大根煮 和風かぼちゃサラダ  味噌汁
1月28日 水曜日	御飯 ひき肉炒め 牛乳 らっきょう  味噌汁	御飯 さばの塩焼き 添え)大学芋 ふるふき大根 もずく酢  味噌汁	バームロール	御飯 豚肉のオイスター中華炒め  春雨の中華煮 ザーサイ  中華スープ

※イベントや仕入れ状況により、献立が変更になる場合があります

## 週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
1月29日 木曜日	御飯 白菜とツナの炒め 牛乳 桜漬け  味噌汁	御飯 たらの南蛮タルタルソース 添え)千切り野菜 南瓜のいとこ煮 ごぼうサラダ  すまし汁	マンゴープリン	御飯 関東煮  鶏となすの炒め フルーツカクテル  味噌汁
1月30日 金曜日	麦飯 かにボールの煮物 牛乳 しば漬け  味噌汁	カレーライス チキンナゲット  コールスローサラダ ヨーグルト(ブルーベリーソース)  コンソメスープ	(おまかせおやつ)	御飯 擬製豆腐の生姜ソース 添え)人参炒め ベーコンと里芋炒め 胡瓜とわかめの和ドレ和え  すまし汁
1月31日 土曜日	御飯 厚揚げの生姜炒め 牛乳 赤かっぱ  味噌汁	御飯(小) ちゃんぽん麺  かにしゅうまい チンゲン菜のナムル  杏仁豆腐	ベルギーワッフル	御飯 鶏の山賊焼き 添え)ピーマンの金平 たけのこの土佐煮 カリフラワーと枝豆の柑橘ドレ和え  味噌汁
2月1日 日曜日				
2月2日 月曜日				
2月3日 火曜日				
2月4日 水曜日				

※イベントや仕入れ状況により、献立が変更になる場合があります