

1月分献立表

	月	火	水	木	金	土	
選択食			4日 A: お雑煮（清汁仕立て） B: お雑煮（白味噌仕立て） 赤飯 おせち料理 びわ缶	5日 A: 海老チャーハン B: 肉団子の甘酢あん ご飯 (B) 祝肴 チンゲン菜の炒め物・冷奴 中華スープ・オレンジゼリー (A)	6日 A: 鯖の塩焼き B: 鶏肉のから揚げ ご飯 祝肴 南瓜の煮物・胡瓜のもずく酢 お吸い物	7日 A: 赤魚の甘辛煮 B: 豚肉の生姜炒め煮 ご飯 祝肴 ピーマンと竹輪の炒め物 長芋の短冊・味噌汁	
通常献立			9日 A: ホキの塩焼き B: とんかつ	10日 A: 鮭のクリームソースがけ B: チキンマスター焼	11日 A: ブリの竜田揚げ B: 山かけ蕎麦（温）	12日 A: 魚の野菜あんかけ B: 豚肉のネギ塩風味炒め	
選択食	ご飯 祝肴 ひじきの煮物・豆腐のサラダ お吸い物	ご飯 祝肴 アスパラとベーコンの炒め物 ごぼうのサラダ・コンソメスープ	菜飯 (B半量) 祝肴 高野豆腐の玉子とじ・しろ菜とちりめんの和え物 味噌汁 (A)・ぶどうゼリー (B)	ご飯 白菜のカニカマ煮 ブロッコリーの胡麻和え お吸い物	新年舟盛り祝い膳 ちらし寿司 舟盛り 竹の子とがんもの煮物 赤だし・デザート	14日 A: かき揚げ B: 鶏肉の味噌だれ焼き	
通常献立	おやつ	紫芋饅頭	ぜんざい	ミニマフィンブルーベリー	ロールケーキいちご	羊羹焼き饅頭	黒糖棒
選択食	16日 A: 鰯の西京焼き B: 鶏天	17日 A: 赤魚の酒蒸し B: 豚大根	18日 長寿ご飯の日	19日 A: ホッケのレモン焼き B: 鶏肉の南部焼	20日 A: ブリの照り焼き B: かつとじ	21日 A: 海老チャーハン B: 牛肉とブロッコリーの炒め物	
通常献立	ご飯 高野豆腐の煮物 白菜の和え物 お吸い物	ご飯 竹輪の金平 しろ菜の錦糸和え 味噌汁	ご飯 赤魚の西京焼き 蓮根の金平 空也蒸し・みかん	ご飯 里芋の煮物 ピーマンのおかか和え 味噌汁	ご飯 南瓜のいとこ煮 和風サラダ お吸い物	ご飯 (B) 春巻き チンゲン菜のナムル 中華スープ・デザート (A)	
おやつ	シュークリーム	薄皮利休	あんずケーキ	酒饅頭	ワッフルスティック	フルーツ	
選択食	23日 A: 鯖の味噌煮 B: 豚肉のしゃぶしゃぶ風	24日 おでん	25日 A: 鰯の塩麹焼き B: 築前煮	26日 A: カレイのキノコあんかけ B: 牛肉の甘辛炒め	27日 A: メバルのおろし煮 B: 鶏肉の味噌だれ焼き	28日 長寿ご飯の日	
通常献立	ご飯 厚揚げの甘辛煮 茄子の生姜和え お吸い物	菜飯 おでん 胡瓜の酢の物 お吸い物・デザート	ご飯 しらたきとピーマンの炒め物 玉子豆腐 味噌汁	ご飯 卵の花 しろ菜の磯和え お吸い物	ご飯 ごぼうの炒り煮 カリフラワーの胡麻和え かき玉汁	ご飯 マグロのオーロラ和え 里芋の煮物・菊菜と竹輪のお浸し 味噌汁	
おやつ	おかしなバナナ	キングドーナツ	よもぎソフト饅頭	小倉あんパイ	黄味あん饅頭	チョコカステラ	
選択食	30日 A: 鯖の紅葉焼き B: 牛肉の炒め煮	31日 A: 太刀魚の生姜煮 B: 鶏肉の照り焼き					
通常献立	ご飯 ピーマンの炒め物 キャベツとコーンのおかか和え 味噌汁	ご飯 さつま芋のオレンジ煮 チンゲン菜のわさび和え お吸い物					
おやつ	ロールケーキいちご	田舎饅頭					