



1月分献立表



	月	火	水	木	金	土
				4日	5日	6日
選択食				A: お雑煮 (清汁仕立て) B: お雑煮 (白味噌仕立て)	A: 鰯の甘辛煮 B: 牛肉の炒め煮	A: ホキのムニエル B: 肉豆腐
通常献立				赤飯 おせち料理	ご飯 祝肴・チンゲン菜の炒め物 白菜の柚子和え 味噌汁	ご飯 祝肴・キャベツのカレー炒め ブロッコリーのピーナッツ和え コンソメスープ
おやつ				びわ缶 今川焼	ミニバームクーヘン	もみじまんじゅう
	8日	9日	10日	11日	12日	13日
選択食	長寿ご飯の日	A: 鯖の梅煮 B: ポークチャップ	A: 鯖の味噌煮 B: 鶏肉の塩麴焼き	A: 白身魚のバター焼き B: 煮込みハンバーグ	新年舟盛り祝い膳	A: 鯖の塩焼き B: 牛皿
通常献立	きつねご飯 祝肴 鶏肉のすき焼き・茄子のずんだ和え 粕汁・フルーツポンチ	ご飯 祝肴 ぜんまいの煮物・胡瓜の酢の物 味噌汁	ご飯 祝肴 里芋の煮物・白菜の和え物 お吸い物	ご飯 祝肴 ジャーマンポテト・ピクルス コンソメスープ	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	ご飯 南瓜の煮物 胡瓜のもずく酢 お吸い物
おやつ	紫芋まんじゅう	どら焼き	ミニマフィン	ロールケーキ	羊羹焼きまんじゅう	黒糖棒
	15日	16日	17日	18日	19日	20日
選択食	A: カレイの煮つけ B: 鶏肉の照り焼き	新年会	A: 鮭のクリームソースがけ B: 肉じゃが	長寿ご飯の日	A: 魚の野菜あんかけ B: 牛肉のブルコギ風	A: 鰯の焼き浸し B: 牛肉のすき煮
通常献立	ご飯 蓮根の金平 胡瓜の酢の物 味噌汁	菜飯 天ぷら盛り合わせ 胡瓜の酢の物 お吸い物・デザート	ご飯 アスパラベーコン炒め ごぼうのサラダ コンソメスープ	炊き込みご飯 柚子おろしうどん 春菊の錦糸和え キャベツのたらこ炒め	ご飯 白菜カニかま煮 ブロッコリーの胡麻和え 中華スープ	ご飯 ピーマン竹輪炒め キャベツのレモン和え 味噌汁
おやつ	シュークリーム	手作りおやつ	あんずケーキ	酒まんじゅう	ワッフルスティック	フルーツ
	22日	23日	24日	25日	26日	27日
選択食	A: 鮭のムニエル B: チキンカレー	A: 鯖の西京焼き B: 豚肉の味噌炒め	A: ホッケの塩焼き B: 豚大根	A: ホキの柚子香煮 B: 親子丼	A: 鮭のつけ焼き B: 鶏肉の唐揚げ	A: ブリの照り焼き B: 鶏肉の治部煮
通常献立	ご飯 (A) 和風サラダ 味噌汁 (A)・お漬物 (B) ヨーグルト	ご飯 高野豆腐の含め煮 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 (A) ピーマンじゃこ炒め ごぼうのサラダ お吸い物・お漬物 (B)	ご飯 オクラのおかか和え 春雨サラダ 味噌汁	ご飯 南瓜のいとこ煮 和風サラダ お吸い物
おやつ	おかしなバナナ	キングドーナツ	よもぎソフトまんじゅう	レモンケーキ	黄味あんまんじゅう	チョコカステラ
	29日	30日	31日			
選択食	A: ホッケの塩焼き B: 牛肉のすき煮	A: 鯖の味噌マヨ焼き B: 豚肉のしゃぶしゃぶ風	A: 鯖の照り焼き B: 豚肉と玉子の炒め物			
通常献立	ご飯 ぜんまいの煮付け キャベツの醤油マヨ和え 味噌汁	ご飯 厚揚げの甘辛煮 茄子の生姜和え お吸い物	ご飯 里芋の土佐煮 ほうれん草のピーナッツ和え 味噌汁			
おやつ	手作りおやつ	田舎まんじゅう	うさぎ饅頭			