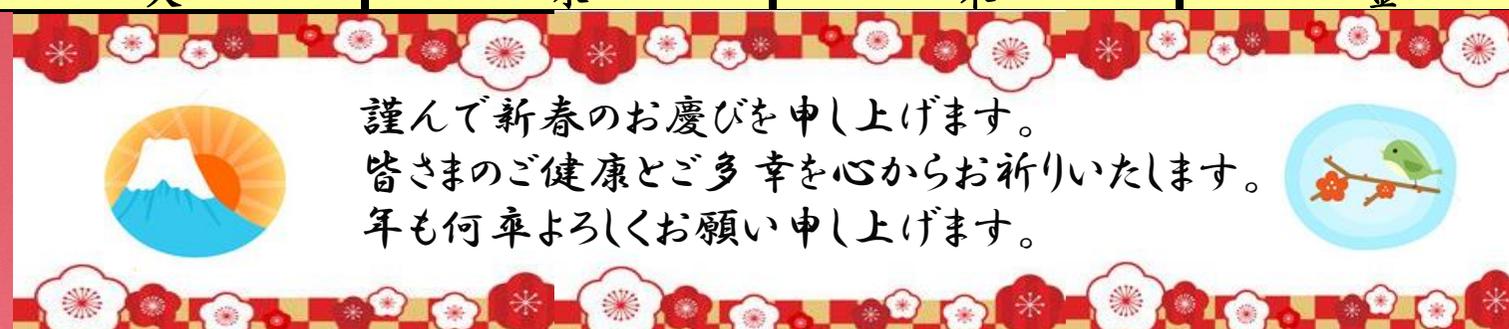


🍡 🍡

# 1月分献立表

	月	火	水	木	金	土
選択食	 <p style="text-align: center;">謹んで新春のお慶びを申し上げます。 皆さまのご健康とご多幸を心からお祈りいたします。 年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。</p>					おやつ
通常献立						
おやつ						

	4日	5日	6日	7日	8日	9日
選択食	A: お雑煮 (清汁仕立て) B: お雑煮 (白味噌仕立て)	A: 鯖の梅おろしポン酢 B: 香味野菜炒め	A: シルバーの漬け焼き B: 麻婆豆腐	A: 白身魚のピカタ B: 炒り鶏	<b>長寿ご飯の日</b>	<b>新年舟盛り祝い膳</b>
通常献立	赤飯 <b>おせち料理</b> びわ缶	ご飯 金平ごぼう 白菜の辛子醤油和え 味噌汁	ご飯 海老の中華炒め 小松菜のピーナッツ和え 中華スープ	ご飯 しらたきとピーマンの炒め物 カリフラワーの甘酢和え 味噌汁	海老ピラフ ホキのムニエル 南瓜のサラダ ミネストローネスープ・デザート	ちらし寿司 舟盛り 竹の子とがんもの煮物 赤だし・みかん
おやつ	紫芋馒头	ミニマフィンブルーベリー	コーヒーケーキ 🍷	ロールケーキイチゴ	羊羹焼き馒头 🍌	柚子馒头
	11日	12日	13日	14日	15日	16日
選択食	A: 鯖の粕漬け B: 肉団子の甘酢あん	A: 赤魚の甘辛煮 B: 牛肉とブロッコリーの炒め物	A: スズキのホイル焼き B: かつとじ	A: 秋刀魚の梅煮 B: 鶏肉の塩麴焼き	A: 太刀魚の煮付け B: 照り焼きハンバーグ	A: ほっけの塩焼き B: 牛肉の野菜炒め
通常献立	ご飯 がんもの炊き合わせ いんげんのピーナッツ和え お吸い物	ご飯 じゃが芋と玉ねぎの煮物 小松菜のおかか和え 味噌汁	ご飯 平天と野菜の煮物 おくらの辛子和え お吸い物	ご飯 ひじきの炒め煮 ほうれん草とカニかまのマヨ和え お吸い物	ご飯 人参とピーマンの金平風 マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 ごぼうと竹輪の炒め煮 チンゲン菜の和風ドレ和え 味噌汁
おやつ	エクレア 🍷	酒馒头	あんずケーキ	薄皮利休	手作りおやつ	豆乳馒头 🍌
	18日	19日	20日	21日	22日	23日
選択食	A: 鯖の山椒焼き B: 豚肉の生姜焼き	<b>長寿ご飯の日</b>	<b>新年会</b>	A: シルバーの漬け焼き B: 牛肉のあっさり炒め	A: 鯖の味噌煮 B: 鶏肉のレモン焼き	A: 鮭の七味焼き B: 豚肉と玉子の炒め物
通常献立	ご飯 五目煮豆 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	十五穀米 柳川風煮 里芋の胡麻味噌かけ 菜の花のお浸し・お吸い物	菜飯 串カツ 胡瓜と湯葉の酢の物 デザート	ご飯 高野豆腐の玉子とじ 白菜の生姜和え お吸い物	ご飯 ひじきの煮物 小松菜のナムル お吸い物	ご飯 さつま芋のいとこ煮 胡瓜の酢の物 味噌汁
おやつ	おかしなバナナ	チョコカステラ	よもぎソフト馒头	栗あんパイ 🍌	黄味あん馒头	キングドーナツ
	25日	26日	27日	28日	29日	30日
選択食	A: 赤魚の照り焼き B: 筑前煮	A: メルルーサのムニエルマトソース B: キーマカレー	A: ホキの幽庵焼き B: 牛肉のオイスター炒め	<b>長寿ご飯の日</b>	A: 鯖の七味焼き B: ポークチャップ	A: カレイのみぞれ煮 B: 親子丼
通常献立	ご飯 茄子の含め煮 白和え お吸い物	ご飯 (A) ほうれん草とエリンギのソテー スパゲティーサラダ コンソメスープ (A)・デザート (B)	ご飯 白菜の煮物 ブロッコリーの胡麻ドレ和え 味噌汁	ご飯 鶏肉の南部焼き 山芋のフライドポテト 菊菜の柚子ポン酢和え・粕汁	ご飯 アスパラとベーコンの炒め物 胡瓜の酢の物 <b>芋煮</b>	ご飯 (A) 蓮根の炒め物 ひじきのくるみ和え お吸い物・漬物 (B)
おやつ	ココアロール	🍷 塩馒头	シュークリーム	🍷 うさぎ馒头	プリン 🍌	フルーツ