

1月

| 週 間 献 立 表 | | | | | | | |
|-----------|---|---|---|--|--|--|---|
| お楽しみ |  | |  | | | | |
| | 25日 (日) | 26日 (月) | 27日 (火) | 28日 (水) | 29日 (木) | 30日 (金) | 31日 (土) |
| 朝 | セレクトパン 千草焼き スパゲティサラダ コーンスープ | ごはん プレーンオムレツ きのこソース ブロッコリーの スローサラダ 海苔佃煮 味噌汁 | ごはん 白身魚のつまれ 野菜炒め ふりかけ 味噌汁 | ごはん ミニかに玉 南瓜とみかんの サラダ 鯛味噌 味噌汁 | セレクトパン 白身魚揚げの煮物 金平牛蒡 中華スープ | ごはん だし巻き玉子 カリフラワーと 豆のマヨサラダ ふりかけ 味噌汁 | ごはん ミートオムレツ アスパラのソテー 梅びしお 味噌汁 |
| | 牛 乳 | 牛 乳 | 牛 乳 | 牛 乳 | 牛 乳 | 牛 乳 | 牛 乳 |
| 昼 | ごはん 鶏肉の塩焼き 蓮根と竹輪の煮物 奴豆腐(味噌だれ) 清汁 | ごはん 赤魚の焼き浸し キャベツコーンの 炒め物 もずく酢 味噌汁 | ごはん 鯖の西京焼き ごぼうと豚肉の 炒り煮 清汁 ★青りんごゼリー ★ぶどうゼリー | おにぎり 焼きそば 絹揚げのそぼろ煮 もやしの 土佐酢和え 味噌汁 | ごはん チーズメンチカツと スクランブルエッグ ひじきと油揚げの 煮物 コンソメスープ パイン缶 | ごはん 鰯の香味焼き 高野豆腐の サイコロ煮 マカロニサラダ 味噌汁 | ごはん 白身魚の煮付け 松風焼き さつま芋サラダ 味噌汁 |
| おやつ | ユニットごと | ユニットごと | ユニットごと | ユニットごと | ユニットごと | ユニットごと | ユニットごと |
| 夕 | ごはん 白身魚の唐揚げ タルタルソース 一口がんもの煮物 もやしとニラの 和え物 味噌汁 | ごはん 豆乳鍋 大根と小エビの 炒め物 抹茶ババロア | ごはん 鶏肉のグリル 油淋ソースかけ 大豆とこんにゃくの 煮物 いんげんと竹輪の 和え物 味噌汁 | ごはん ぶり大根 小松菜とベーコンの ソテー ごま豆腐 赤だし | ごはん ホッケの塩麴焼き ふろふき大根の なめ茸かけ キャベツと平天の 大葉サラダ 豚汁 | ごはん クリームシチュー しろなとツナの ソテー マンゴー缶 | ごはん 豚肉の塩だれ炒め カニシューマイ ブロッコリーの ピリ辛和え 味噌汁 |

献立に記載してある材料は、都合により変更になることがあります