

1月 献立表

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
日						4日	
昼食						お赤飯 お雑煮 ブリの味醂漬 かにと錦糸卵のしんじょう なま酢 ゼリー 黒豆 抹茶羹	
おやつ						抹茶羹	
日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	
昼食	カレーライス 汁物 タマゴサラダ 福神漬・らっきょう ゼリー	七草がゆ 汁物 赤魚の煮つけ 厚揚げの煮物 温野菜サラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 焼肉炒め ひじきの煮物 和風サラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 さんまの塩焼き 切り干し大根の煮物 豆腐サラダ胡麻ソース ゼリー 香の物	ご飯 汁物 鶏の照り焼き 筍の煮物 オクラの和え物 ゼリー 香の物	中華丼 汁物 マカロニサラダ もやしナムル ゼリー 香の物	
おやつ	コーヒーゼリー	バイクドチーズケーキ	かぼちゃプリン	白玉ぜんざい	キャラメルプリン	たこ焼き	
日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	
昼食	混ぜご飯 汁物 鯖の西京焼き なすの揚げ出し ピーナッツ和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 麻婆豆腐 海老しゅうまい キャベツの塩こぶ和え ゼリー 香の物	けんちんうどん かぼちゃの煮物 いんげんの胡麻和え ゼリー	ご飯 汁物 白身魚のフライ 人参と小松菜の炒め物 スパゲティサラダ ゼリー 香の物	ご飯 コーンスープ ハンバーグ しらすと青菜の炒め物 ポテトサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 ブリの照り焼き れんこんの煮物 酢の物 ゼリー 香の物	
おやつ	カステラ	黒ごまプリン	りんごのケーキ	カルピスゼリー	たい焼き	チョコプリン	
日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	
昼食	ご飯 汁物 なすとピーマンの肉みそ炒め 菜の花のお浸し なめ茸和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 鯖の味噌煮 春雨サラダ ほうれん草の和え物 ゼリー 香の物	ご飯 汁物 あじの南蛮漬け 車麩の煮物 オクラと長芋の和え物 ゼリー 香の物	カレーライス 汁物 コールスロー 福神漬・らっきょう ゼリー	ご飯 汁物 カレイの煮つけ 冬瓜のそぼろ煮 白和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 とんかつ きんぴらごぼう コーンサラダ ゼリー 香の物	
おやつ	マロンケーキ	今川焼 (こしあん)	イチゴプリン	コーヒーパウンド	抹茶プリン	きんつば	
日	27日	28日	29日	30日	31日	2020年	
昼食	ご飯 汁物 豚の生姜焼き ふきの煮物 彩り千切りサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 白身魚のバター醤油焼き 卵の花 トマトサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 すき煮 ブロッコリーの蟹あんかけ ほうれん草のごま和え ゼリー 香の物	汁物 二色丼 生揚げと筍の煮物 タラモサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 金目鯛の煮つけ 高野豆腐の炊き合わせ わかめサラダ ゼリー 香の物		
おやつ	紅茶シフォンケーキ	ヨーグルトゼリー	エクレア	プリン	お好み焼き		