

1月 月間献立表(昼食)ディサービス ※変更の可能性がありますので週間予定表での確認をお願いします。

月	火	水	木	金	土
	1月4日 ご 飯 みそ汁 サバのあんかけ ごぼうの五目炒め 小松菜のたくあん和え 厚焼き玉子 みかん	1月5日 ご 飯 みそ汁 鶏肉のパン粉焼 里芋の煮物 しめじとキャベツのお浸し 刺身 ぶどうゼリー	1月6日 ご 飯 中華スープ 酢豚 白菜のフレーク煮 春雨サラダ しゅうまい プチシュークリーム	1月7日 七草がゆ 清し汁 ソイの味噌だれ焼 突きこんの炒り煮 菜の花の錦糸和え 芋もち ババロア	1月8日 麦ご飯 みそ汁 豚肉の朝鮮焼 もやしの油炒め 海草サラダ フルーツ バナナヨーグルト
	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日
ご 飯 みそ汁 <small>揚げ出し豆腐のなめこおろしあん</small> じゃが芋の煮物 菜の花のツナ和え 野菜のソテー 洋ナシ缶	ご 飯 みそ汁 鶏肉の辛子マヨネーズ焼 春雨の中華風炒め ほうれん草の和え物 白身魚フライ (鏡開き)おしるこ	五穀米ご飯 みそ汁 サワラのしそ味噌焼 さつま芋の炊き合わせ チンゲン菜の生姜和え たこ焼き ムース	ご 飯 みそ汁 鶏肉の甘辛焼 小松菜の炒め物 きゅうりの梅和え 刺身 南瓜プリンタルト	シーフードカレー レタススープ スパゲティーサラダ らっきょう漬 果物 ヨーグルト	ご 飯 みそ汁 揚げ魚のマリネ 大根のあっさり煮 キャベツのわさび和え 青菜のソテー ピーチゼリー
1月17日	1月18日	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日
わかめご飯 コンソメスープ 鶏肉のクリーム煮 海の幸ビーフン <small>ほうれん草のマヨネーズ和え</small> 切干大根の煮物 オレンジゼリー	ご 飯 みそ汁 メバルの竜田揚げ 南瓜の含め煮 小松菜のからし和え ピーマンソテー 水ようかん	ご 飯 みそ汁 豚肉のオイスター焼 ごぼうの炒め煮 ポテトサラダ オムレツ バナナヨーグルト	★天ぷらバイキング★ ご飯・清し汁 天ぷら盛り合わせ 白菜の煮物 ぬた和え フルーツ コーヒート牛乳プリン	麦ご飯 みそ汁 マスの塩焼 マカロニソテー <small>チンゲン菜のチーズ和え</small> あんかけ豆腐 フルーチェ	ご 飯 みそ汁 鶏肉の粗挽きマスタード焼 カリフラワーのソテー もやしのかか和え 刺身 グレープフルーツ
1月24日	1月25日	1月26日	1月27日	1月28日	1月29日
五穀米ご飯 みそ汁 寄せ鍋 なす煮 <small>もやしのごま酢和え</small> 卵豆腐 ヨーグルト	青菜ご飯 みそ汁 豚肉の香味焼 キャベツの煮物 カリフラワーのサラダ コーンコロッケ プリン	ご 飯 わかめスープ 豆腐とえびのチリソース 大根のツナ煮 <small>ほうれん草の菜種和え</small> もやしのみそ炒め マンゴー缶	ご 飯 みそ汁 白身魚の南部焼 じゃが芋のコンソメ煮 胡瓜の酢の物 春巻き ココアワッフル	ご 飯 みそ汁 鶏肉のおろし煮 白菜のえびくず煮 オクラとめかぶの和え物 刺身 甘酒	ハヤシライス コンソメスープ フレンチサラダ 福神漬 果物 抹茶ゼリー
1月31日	 <p>明けましておめでとうございます。 皆様のご健勝とご多幸をお祈りいたしますとともに 本年も変わらぬご愛顧をどうぞ宜しくお願いします。</p> <p>🎊 1月の行事食 🎊 7日(金)七草粥 11日(火)鏡開き 20日(木)天ぷらバイキング</p>				
ご 飯 中華スープ 回鍋肉 マカロニの醤油煮 カリフラワーの甘酢和え 刺身 りんご					