

# 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
 <p>★1月の行事食★            1/7 七草粥風雑炊            1/9 鏡開き(おしるこ)            1/20.1/28 食事レク            1/29 特別メニュー</p>					1月4日
					ご飯 味噌汁 野菜コロッケ 白菜のオイスター煮 小松菜の生姜和え フルーツカクテル缶
1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日
ご飯 味噌汁 酢豚 金平ごぼう スパゲティサラダ 青りんごゼリー	七草粥風雑炊 味噌汁 蒸し鶏のごまだれかけ かぶの煮物 ほうれん草のお浸し フルーチェバナナ	ご飯 味噌汁 赤魚の西京焼き 春雨ソテー 小松菜の中華風和え物 ココアワッフル	ゆかりご飯 味噌汁 揚げ豆腐あんかけ じゃが芋のそぼろ煮 菜の花のごま和え おしるこ	ご飯 味噌汁 白身魚のマヨネーズ焼 大根のツナ煮 カリフラワーの甘酢和え オレンジゼリー	ご飯 味噌汁 ミートローフ 南瓜の甘煮 春菊のドレ和え フルーチェいちご
1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日
ご飯 味噌汁 白身魚のきこり風ソースかけ ピーマンの炒め煮 マカロニサラダ フルーチェいちご	ご飯 味噌汁 鶏肉の豆板醤風味 じゃが芋の煮物 ブロッコリーのフレンチドレ和え 洋ナシ缶	ハヤシライス コンソメスープ もやしのナムル 福神漬け ヨーグルト	ご飯 味噌汁 メバルの西京焼き 茄子の揚げだし 白菜のわさび和え コーヒーゼリー	青菜ご飯 味噌汁 豚肉の韓国風焼 さつまいもの煮物 菜の花のごま和え カスタードワッフル	ご飯 味噌汁 鶏肉の辛子マヨネーズ焼き 金平ごぼう もやしのお浸し みかん缶
1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日
㊦食事レク㊦ 味噌汁 菜の花の生姜和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 赤魚の照り焼き 茄子の利休煮 小松菜のかか和え 塩バニラワッフル	ご飯 味噌汁 鶏肉のみりん漬焼 ソーセージソテー いんげんのピリ辛和え パイン缶	ご飯 味噌汁 豚肉のごま味噌漬焼 ふきの炒め煮 ブロッコリーサラダ フルーチェバナナ	ご飯 味噌汁 鶏肉のけずりかつお焼 南瓜の含め煮 あっさりもやし和え 白桃缶	炊き込みご飯 味噌汁 白身魚のおろし煮 じゃが芋の煮物 チンゲン菜の干草和え 青りんごゼリー
1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	
わかめご飯 味噌汁 鶏肉の照り煮 白菜の中華風煮 春雨サラダ ココアワッフル	㊦食事レク㊦ 味噌汁 もやしのナムル みかん缶	★特別メニュー★ いわしのかば焼き丼 すまし汁 白滝のじゃこ炒め ほうれん草のお浸し どらやき	ご飯 味噌汁 鶏肉の辛子マヨネーズ焼き 冬瓜のコンソメ煮 春菊のドレ和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 メバルのきこり風ソースかけ じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 洋ナシ缶	