

2023年01月 月間献立表(昼・間食)
(常食(デイ))

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1日	2日	3日	4日 ハヤシライス 福神漬 コールスローサラダ ブルーチェ(ピーチ)	5日 米飯 牛肉のごま醤油煮 付)花人参 里芋のゆず味噌かけ 小松菜のシラス和え 吸い物(そうめん) 水ようかん	6日 魚のおろし煮 チキンボールの酢豚風 キャベツのごま和え 吸い物(はんぺん) フルーツ(黄桃缶)	7日 七草粥 魚の塩焼き 付)大根・レモン ビシキとゴボウの炒め煮 かっぱ漬 味噌汁(南瓜) フルーツ(オレンジ)
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間	間	間 マドレーヌ	間 みたらし団子	間 フルーツポンチ	間 たいやき
8日	9日 米飯 牛肉と里芋の煮物 缶とブロッコリーの炒め れんこんの甘酢和え 赤だし汁(あおさ) フルーツ(りんご缶)	10日 米飯 白身魚のガーリック 付)グリーン野菜ミックス 切干大根の煮物 小松菜の塩昆布和え 中華スープ 煮豆(金時豆)	11日 おにぎり(花むすび) きつねうどん 春菊の白和え フルーツ(いちご)	12日 米飯 豚肉といんげんのソテー ポテトのコンソメ煮 ブロッコリーのドレ和え ミネストローネ フルーツ(オレンジ)	13日 米飯 魚のバター醤油焼き 付)玉葱のソテー なすのひき肉あん トマトのサラダ 豚汁 ショコラケーキ	14日 牛丼 さつまいもとリンゴのサラダ しば漬 味噌汁(そうめん) フルーツ(洋梨缶)
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間 アップルパイ	間 南瓜蒸しパン	間 ミニぜんざい	間 甘酒蒸しパン	間 クレープ	間 今川焼
15日	16日 米飯 鶏肉のタンドール焼き 付)グリーン野菜ミックス サマ芋と昆布の煮物 ほうれん草のソテー わかめスープ フルーツ(りんご)	17日 米飯 魚の生姜煮 付)かぶ ITとチゲン菜の炒め 豆腐とトマトのサラダ かき玉汁 抹茶パバロア	18日 米飯 魚の塩こうじ焼き 付)いんげん 高野豆腐の含め煮 わらびのお浸し 味噌汁(大根) フルーツ(みかん)	19日 五穀ご飯170g 豚肉の甘辛炒め ブロッコリーのあんかけ ほうれん草の山吹和え 味噌汁(しめじ) フルーツ(白桃缶)	20日 おにぎり(わかめ) 肉うどん 白菜のゆかり和え 煮豆(うずら豆)	21日 米飯 牛肉のおろしポン酢煮 里芋のそぼろ煮 高菜漬 赤だし汁(豆腐) フルーツ(パイン缶)
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間 どらやき風	間 きなこ蒸しパン	間 中学芋	間 あんまん	間 紅茶とりんごのケーキ	間 プチュー
22日	23日 米飯 鶏肉の照焼き 付)アスパラソテー 南瓜の煮物 付)絹さや(7A) 柚子白菜 呉汁 フルーツ(洋梨缶) ココアマドレーヌ	24日 米飯 おでん 春菊の塩昆布和え マスカットゼリー	25日 米飯 八宝菜() チゲン菜の炒め もやしのビナッツ和え わかめスープ 大学芋	26日 玉子サンド あんまん オレンジデニッシュ カワウソのドレ和え クリームシチュー フルーツ(いちご)	27日 ひじきご飯 豚肉のゴマ風味炒め 高菜漬 トマトと胡瓜のサラダ 吸い物(揚げ外付) 野菜たっぷりゼリー	28日 米飯 魚のレモン焼き 付)きのこのソテー チゲン菜と天ぷらの煮物 キャベツのアーモンド和え コンソメスープ ストロベリーパバロア
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間	間 さつまいも蒸しパン	間 ヨーグルトケーキ	間 クレープ	間 アップルパイ	間 たいやき
29日	30日 米飯 魚の照焼き 付)オクラ サマ芋と昆布の煮物 チンゲン菜のソテー 味噌汁(しめじ) 水ようかん	31日 米飯 牛肉のつけ焼き() 里芋のゆず味噌かけ 小松菜のなめたけ和え けんちん汁 メロンゼリー				
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間 プチュー	間 黒糖蒸しパン	間	間	間	間
メモ						