

2026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	
昼		昼		昼		昼		1日	昼	2日	昼	3日	昼
間		間		間		間		間		間		間	
4日	昼	5日	ハヤシライス 福神漬 コールスローサラダ チョコババロア	6日	ごはん 肉うどん 白菜の中華和え フルーチェ(ピーチ)	7日	七草粥 鶏肉の照焼き けんちん煮 桜大根漬 味噌汁(なす) フルーツ(りんご缶)	8日	米飯 魚のバター醤油焼き ピーマンのソテー インゲンのドレ和え ミネストローネ ヨーグルト	9日	親子丼 べったら漬(ケア・デイ) キャベツの塩昆布和え 味噌汁(南瓜) フルーチェ(いちご)	10日	米飯 魚の香味焼き もやしのオムレツ炒め 金山寺みそ 味噌汁(えのき) ピーチゼリー
間		間	今川焼	間	かぼちゃ蒸しパン	間	クレープ	間	ミニぜんざい	間	プッシュ	間	たいやき
11日	昼	12日	米飯 白身魚のフライ 付)玉葱のソテー キャベツの甘辛味噌炒め かっぱ漬 わかめスープ 水ようかん	13日	米飯 鶏肉のタンドール焼き 付)ケール野菜ミックス 青梗菜の煮びたし 桜大根漬 味噌汁(だいこん) フルーツ(みかん)	14日	米飯 アジの西京焼き 付)かぼちゃ なすの炒め煮 高菜漬 かき玉汁 フルーツ(黄桃缶)	15日	米飯 ミニチキン南蛮 付)アスパラソテー 南瓜の煮物 しそ昆布 赤だし汁(刻み揚げ) フルーツ(バナナ)	16日	スタミナ豚丼 たくあん(ケアデイ) 山芋おろし(味) 味噌汁(巻き麩) フルーツ(いちご)	17日	米飯 鯖の味噌煮 きんぴらごぼう 金山寺みそ すいもの(巻き麩) 野菜たっぷりゼリー
間		間	どらやき風	間	紅あずまの甘露煮	間	あんまん	間	ココアマドレーヌ	間	フルーツポンチ	間	たこ焼き
18日	昼	19日	米飯 カレイの煮付け 付)花人参 ブロッコリー炒め しば漬 味噌汁(きざみあげ) いちごゼリー	20日	ご飯 ちゃんぽん オクラのごま和え フルーツ(パイン缶)	21日	米飯 豚肉の味噌漬け焼き しゅうまい 桜大根漬 かき玉汁 フルーツ(バナナ)	22日	ハムサンド あんぱん ハンバーグ 付)ケール野菜ミックス もやしのドレ和え ごぼうのポタージュ ヨーグルト	23日	麦ご飯170g 魚の塩こうじ焼き なすの磯辺煮 野沢菜 吸い物(かまぼこ) フルーツ(みかん缶)	24日	米飯 鶏肉のトマトソースかけ アスパラのソテー のり佃煮 コンソメスープ コーヒゼリー
間		間	紅茶のケーキ	間	鬼まんじゅう	間	プッシュ	間	フルーツポンチ	間	ココアマドレーヌ	間	たいやき
25日	昼	26日	米飯 白身魚の和風揚げ煮 さつまいもの煮物 つば漬 味噌汁(しめじ) 青りんごゼリー	27日	五穀ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 白菜の煮物 しば漬 かき玉汁 フルーツ(りんご缶)	28日	チキンカレー らっきょう漬 杓苳草の塩昆布和え フルーツ(みかん)	29日	米飯 魚のボン酢煮 付)花人参 スパゲティ炒め しそ昆布 わかめスープ フルーツ(白桃缶)	30日	米飯 ミニチキン南蛮 付)ケール野菜ミックス アスパラのじゃこ炒め 高菜漬 吸い物(はんぺん) フルーツ(甘夏缶)	31日	米飯 魚の塩こうじ焼き 五目大豆煮 ねり梅 味噌汁(かぼちゃ) フルーチェ(ぶどう)
間		間	誕生日ケーキ	間	黒糖蒸しパン	間	クレープ	間	みたらし団子	間	今川焼	間	あんまん
昼		昼		メモ									
間		間											