

1 月 献 立 表

献立は都合により変更することがあります

		日	月	火	水	木	金	土
						1/1	1/2	1/3
朝	A定食					朝食セット	朝食セット	朝食セット
	B定食							
昼						携行食	携行食	携行食
夕						携行食	携行食	携行食
		1/4	1/5	1/6	1/7	1/8	1/9	1/10
朝	A定食	朝食セット	ごはん お肉ツインゲンソテー れんこん金平 味噌汁(里・わ) 牛乳・豆乳	ごはん 豚肉のオイスター炒め 納豆 味噌汁(玉・油) 牛乳・豆乳	ごはん 挽肉入りスクラップ*ルイッ さば塩焼 味噌汁(か・小) 飲むR乳酸菌ヨーグルト	ごはん 塩野菜炒め 温泉卵 味噌汁(キ・シ) コーヒーマイルク・豆乳	ごはん 牛肉・白菜のオイスター炒め 挽き割り納豆 味噌汁(し・え) 牛乳・豆乳	ごはん じゃが芋のカレー炒め 鶏牛蒡 味噌汁(ほ・油) コーヒーマイルク・豆乳
	B定食		あすきロール 豚肉のオイスター炒め フルーツヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒ	あすきロール 豚肉のオイスター炒め フルーツヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒ	レーズンパン 挽肉入りスクラップ*ルイッ バナナ 飲むR乳酸菌ヨーグルト 紅茶・コーヒ	ホットケーキ 塩野菜炒め なめらかプリン コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	食パン 牛肉・白菜のオイスター炒め R1ヨーグルト 牛乳・豆乳 コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	クロワッサンパン じゃが芋のカレー炒め アロエヨーグルト 牛乳・豆乳 コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ
昼		携行食	とろろきつねうどん 椎茸の肉詰めフライ アロエヨーグルトとわかめのサラダ ゼリー	やきそば 豆腐のサラダ きのこの中華スープ みかん	ポークカレー カレー薬味 水菜と油揚げのサラダ きんかん	台湾ラーメン しそ餃子 やみつきキャベツ いちご	ごはん もち豚*カブ*ジャ 温野菜サラダ コーンポタージュ 冷凍バナナッブル	ナポリタン ブロッコリーのサラダ コンソメスープ オレンジ
夕		携行食	ツナの炊き込みごはん おでん 焼きなす	ごはん おろしとかつ 春菊の白和え 味噌汁	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根のマヨサラダ 味噌汁	牛丼 白米の酢味噌和え 味噌汁	ごはん 金目鯛の煮付け しめじの梅味サラダ 味噌汁	幕の内弁当
		1/11	1/12	1/13	1/14	1/15	1/16	1/17
朝	A定食	ごはん アスパラとウイナーソテー 辛子明太子 味噌汁(玉・白) 牛乳・豆乳	朝食セット	ごはん チーズ入りスクラップ*ルイッ サケ塩焼 味噌汁(キ・わ) コーヒーマイルク・豆乳	ごはん 和風スクラップ*ルイッ 鶏牛蒡 味噌汁(舞・か) 乳酸菌飲料(Y)	ごはん ほうれん草とウイナーソテー 温泉卵 味噌汁(玉・白) 牛乳・豆乳	ごはん 挽肉と野菜炒め 温泉卵 味噌汁(い・油) 牛乳・豆乳	ごはん 豚肉のツチジヤン炒め れんこん金平 味噌汁(大・小) 牛乳・豆乳
	B定食	ロールパン アスパラとウイナーソテー S乳酸菌ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒ		あすきロール チーズ入りスクラップ*ルイッ プリン コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	レーズンパン 和風スクラップ*ルイッ オレンジ 乳酸菌飲料(Y) 紅茶・コーヒ	クロワッサンパン ほうれん草とウイナーソテー S乳酸菌ヨーグルト 牛乳・豆乳 コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	食パン 挽肉と野菜炒め アロエヨーグルト コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	ロールパン 豚肉のツチジヤン炒め フルーツヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒ
昼		携行食	携行食	ごはん チキン南蛮唐揚げ 切干大根のナムル風 呉汁 ゼリー	ごはん リン*リックスステーキ 水菜とツナのサラダ オニオンスープ いちご	ごはん キーマカレー カレー薬味 シーザーサラダ フルーツヨーグルト	ごはん ちゃんぽん 春巻き きのこのサラダ みかん	ごはん アジの南蛮漬け 厚揚げの肉みそサラダ 味噌汁
夕		携行食	携行食	ごはん 脚の梅みそ焼 小松菜と生揚げ煮 けんちん汁	中華丼 トマトの中華サラダ 春雨スープ	ごはん ハニーマスタードチキン わかめとわかめのマヨ和え 味噌汁	ごはん ポークビーンズ キャベツマリネサラダ コンソメスープ	幕の内弁当
		1/18	1/19	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24
朝	A定食	ごはん ハートのコンソメソテー 挽き割り納豆 味噌汁(白・え) コーヒーマイルク・豆乳	ごはん ほうれん草と卵のソテー 辛子明太子 味噌汁(わ・な) 牛乳・豆乳	ごはん 豚肉と野菜炒め 温泉卵 味噌汁(小・油) 牛乳・豆乳	ごはん ツインスクラップ*ルイッ さば塩焼 味噌汁(し・玉) 牛乳・豆乳	ごはん アロエヨーグルトとツナのマヨソテー 温泉卵 味噌汁(キ・え) コーヒーマイルク・豆乳	ごはん ウイナー*キャベツのコンソメソテー 鶏牛蒡 味噌汁(小・か) 牛乳・豆乳	ごはん ほうれん草とツナのソテー 納豆 味噌汁(椎・じ) コーヒーマイルク・豆乳
	B定食	クロワッサンパン ハートのコンソメソテー R乳酸菌ヨーグルト コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	レーズンパン ほうれん草と卵のソテー かぼちゃプリン 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒ	ロールパン 豚肉と野菜炒め キウイフルーツ 乳酸菌飲料(J) 紅茶・コーヒ	食パン ツインスクラップ*ルイッ キウイフルーツ 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒ	ホットケーキ アロエヨーグルトとツナのマヨソテー R乳酸菌ヨーグルト コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	レーズンパン ウイナー*キャベツのコンソメソテー R乳酸菌ヨーグルト 牛乳・豆乳 コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	ホテルパン ほうれん草とツナのソテー R乳酸菌ヨーグルト 牛乳・豆乳 コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ
昼		携行食	携行食	ごはん ナシゴレン風炒飯 カレー餃子 春雨サラダ エスニックスープ マンゴーヨーグルト	ごはん ハラシライス ブロッコリーのサラダ コンソメスープ いちご みかん	ごはん メカジキの油淋鶏風 高野豆腐の胡麻和え 豚汁 みかん	ごはん ユッケジャンうどん 焼売 コロギササラダ ゼリー	ごはん ハクダツギ かぼちゃのそぼろ煮 なめこの味噌汁 冷凍ぶどう
夕		携行食	携行食	ごはん 鶏のマーレド焼き 白菜の梅おかつ和え 味噌汁	鶏肉の親子煮 たこと胡瓜の酢の物 味噌汁	ごはん 入間豚の生姜焼き 水菜のマヨポンド和え 味噌汁	ごはん わかめご飯 ムカ*レイのキムチあんかけ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	ごはん ポッサム 豆腐のサラダ トマトと卵のスープ
		1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31
朝	A定食	ごはん 挽肉と野菜のソテー 辛子明太子 味噌汁(な・玉) 牛乳・豆乳	ごはん ツナとアロエヨーグルトのソテー れんこん金平 味噌汁(な・か) 乳酸菌飲料(Y)	ごはん かか入スクラップ*ルイッ 鶏牛蒡 味噌汁(大・舞) コーヒーマイルク・豆乳	ごはん ジャーマンポテト 辛子明太子 味噌汁(白・え) 牛乳・豆乳	ごはん チーズ入りスクラップ*ルイッ サケ塩焼 味噌汁(い・里) コーヒーマイルク・豆乳	ごはん 挽肉と野菜のソテー 温泉卵 味噌汁(ほ・じ) 牛乳・豆乳	朝食セット
	B定食	あすきロール 挽肉と野菜のソテー フルーツヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒ	食パン ツナとアロエヨーグルトのソテー アロエヨーグルト 乳酸菌飲料(Y) 紅茶・コーヒ	クロワッサンパン かか入スクラップ*ルイッ なめらかプリン コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	レーズンパン ジャーマンポテト R乳酸菌ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒ	ホットケーキ チーズ入りスクラップ*ルイッ 牛乳・プリン コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	ホテルパン 挽肉と野菜のソテー 牛乳・プリン 牛乳・豆乳 コーヒーマイルク・豆乳 紅茶・コーヒ	朝食セット
昼		携行食	携行食	ごはん スタミナ丼 鯉の文化干し 白菜のぼん酢和え 昆たんと牛蒡 味噌汁	ごはん ミートスパゲッティ キャベツマリネサラダ 根菜のポトフ風スープ いちご	ごはん 鮭のクリーム煮 ハートのツチジヤン*サラダ きんかん	ごはん 豚汁とふか カレー薬味 レタスと水菜のサラダ フルーツヨーグルト	ごはん 糸こんにゃく*チ風炒め 白菜の明太子マヨ和え トマトとレタスのスープ ぼんかん
夕		携行食	携行食	ごはん 銀鱈の照焼き かぶと胡瓜の梅肉和え 味噌汁 長ネギのマリネ	牛肉の辛クッパ もやしのさっぱり和え かぼちゃプリン	ごはん えびチリ 棒々鶏サラダ 中華コンソメスープ	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ごぼうサラダ 味噌汁	ごはん ヒレかつ ねばねば和え 味噌汁 線キャベツ
		1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31