

2019年 1 1月

〇〇 献立 一 覧 表 〇〇

[いぶき]

				1(金)	2(土)	3(日)
朝食				ご飯 味噌汁 和風炒り玉子 さつま芋サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子の煮物 磯香和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 はんぺんの磯辺焼き 和風和え 漬物
朝間食				牛乳	牛乳	牛乳
昼食				ご飯 味噌汁 ハムカツ 土佐和え 黄桃缶	ご飯 味噌汁 鶏の照焼 大根サラダ みかん缶	～文化の日メニュー～ ちらし寿司 清汁 筑前煮 フルーチェ
昼間食				窯焼きチーズケーキ	バターラ(コーヒー)	マイケーキ&白い風船
夕食				ご飯 味噌汁 鶏の南部焼き 青菜のオイスター炒め 搾菜和え	ご飯 清汁 鱈の塩焼き ピーマン金平 ゆかり和え	ご飯 味噌汁 厚揚げと豚肉の炒め物 茄子と車麩の煮物 シルバーサラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2019年 1 1月

[いぶき]

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)
朝食	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 ポトフ タマゴサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 ごま和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒り煮 即席和え 漬物	ご飯 味噌汁 千草卵焼き 酢醤油和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 野菜ソテー 梅肉和え 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 車麩の煮物 生姜和え ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ チキンソテーのトマトソースかけ チーズサラダ パイン缶	塩ラーメン 餃子 栗のムース	ご飯 清汁 赤魚の葱味噌焼き 卵の花和え みかん缶	チキンカレー たっぷりかにマヨサラダ 福神漬 クラッシュゼリー(ビタミン強化)	～秋の味覚メニュー～ 栗ときのこの炊き込みごはん 清汁 骨まで柔らかく秋刀魚の煮付 なす田楽 柿	ご飯 コンソメスープ クリームコロケ きのこサラダ 黄桃缶	ご飯 味噌汁 厚揚げの中華炒め 甘酢和え みかん缶
昼間食	ロールケーキチョコ 2個	ホットケーキ	黒ゴマプリ	ミニイチゴスペシャル	今川焼(カスタード)	ゆずムース	窯焼きミルクケーキ
夕食	ご飯 味噌汁 鱈の煮付け 焼きビーフン しその実和え	ご飯 味噌汁 スタミナ焼き 煮奴 マヨサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の甘酢あんかけ 茄子の煮物 フレンチサラダ	ご飯 味噌汁 揚げ出し豆腐 華風ソテー 二色和え	ご飯 味噌汁 豚肉と大根の煮物 和風スパソテー 浅漬け	ご飯 味噌汁 鶏肉のコンマヨネーズソースがけ 白滝の明太炒り フレーク和え	ご飯 コンソメスープ ミートボールのトマト煮 えび焼売 菜の花サラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2019年 1 1月

[いぶき]

	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)
朝食	ご飯 味噌汁 厚揚げの煮物 とろろ 漬物	ご飯 味噌汁 信田煮 コールスローサラダ たいみそ	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ ごま酢和え 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪の煮物 ナムル ふりかけ	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 ドレッシング和え 梅干し	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール あけぼの和え 桜でんぶ	ご飯 味噌汁 玉子ロール お浸し 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 親子煮 明太マヨ和え ブルーチェ	ご飯 中華スープ 豚肉の味噌炒め パンプキンサラダ パイン缶	～ノルウェーメニュー～ ライス シエンケイト ハーブサーモン 海藻サラダ デザート	ゆかりご飯 味噌汁 おろし豆腐ハンバーグ しらす和え ピーナッツ和え みかん缶	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ オムレツ・トマトソース 彩りサラダ ブルーチェ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め オーロラサラダ パイン缶	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き ピーナッツ和え 白桃缶
昼間食	～あったかおやつ～ 肉まん	プチ焼きいも	～ノルウェーメニュー～ アイシングケーキ	メロンムース	おしるこ風	抹茶ミルクゼリー・あんこ添え	バナナカステラ
夕食	ご飯 味噌汁 鱈のカレー醤油焼き さつま芋の甘煮 なめ茸和え	ご飯 味噌汁 豆腐の玉子あんかけ ぜんまいの煮物 ささみ和え	ご飯 味噌汁 鶏の酒蒸し 冬瓜のくず煮 ポテトサラダ	ご飯 味噌汁 いかフライ マカロニソテー 白菜サラダ	ご飯 味噌汁 鶏のカレー醤油焼き 筍の高菜炒め おかか和え	ご飯 味噌汁 野菜コロッケ ひじきの煮物 桜和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の変わり焼き 蓮根の煮物 和風サラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2019年 1 1月

[いぶき]

	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
朝食	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 かにかま和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ ブロッコリーサラダ 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 厚焼玉子 青菜の煮浸し 漬物	ご飯 味噌汁 鶏団子の煮物 梅和え のり佃煮	ご飯 味噌汁 カニ風味炒り玉子 信田和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 冬瓜の煮物 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 いか団子煮 和え物 たいみそ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	五目うどん きくらげの玉子とじ ブルーチェ	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き マスタード和え フルーツカクテル	ハヤシライス ジャーマンポテト ツナサラダ クラッシュゼリー(ビタミン強化)	ご飯 味噌汁 若鶏の唐揚げ じゃこサラダ 黄桃缶	ご飯 味噌汁 豚肉と筍の炒め物 マヨネーズ和え オレンジ	～勤労感謝の日メニュー～ さつま芋ごはん きのこ豆乳汁 湯葉豆腐のそぼろあん なます フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 牛肉コロケ カリフラワーサラダ パイン缶
昼間食	オレンジケーキ	抹茶ケーキ	バウムクーヘン2種	リンゴ入りきんとん(手作り)	ロールケーキ	プチケーキがナッシュ	黒糖ムース
夕食	ご飯 味噌汁 カレーの煮付け レバー炒め おくら和え	ご飯 味噌汁 肉じゃが 焼売天 わさび和え	ご飯 味噌汁 野菜焼き肉 うすくず煮 辛子和え	ご飯 味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 切干大根の炒り煮 コーンサラダ	ご飯 清汁 ちゃんちゃん焼き 金平ごぼう もずく酢和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 竹輪の炒り煮 ハムサラダ	ご飯 味噌汁 骨まで食べられる鯖の味噌煮 高野豆腐煮 海苔和え

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2019年 1 1月

[いぶき]

	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	
朝食	ご飯 味噌汁 鶏肉と里芋の湯葉包み ごまドレ和え 漬物	ご飯 味噌汁 プレーンオムレツ ポパイサラダ 梅干し	ご飯 味噌汁 えびボール煮 味噌マヨサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 ツナじゃが 土佐醤油和え 漬物	ご飯 味噌汁 三色高野煮 もやしサラダ 梅びしお	ご飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 錦糸和え ふりかけ	
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ご飯 コンソメスープ ハンバーグ マカロニサラダ マンゴープリン	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキュー焼き 三色和え みかん缶	ご飯 中華スープ 豚肉の細切り炒め 中華和え パイ缶	ご飯 味噌汁 和風玉子焼き 煮浸し フルーチェ	ご飯 味噌汁 白身魚フライ 磯和え みかん缶	ポークカレー グリーンサラダ 福神漬け クラッシュゼリー(ビタミン強化)	
昼間食	桃まん	黒蜜かん	ミニクリームパン	～あったかおやつ～ たいやき	紅茶ムース	生クリームワッフル	
夕食	ご飯 清汁 豚肉ときのこの炒め物 ひじき煮 甘酢漬け	ご飯 コンソメスープ ふわり豆腐のあんかけ じゃが芋の高菜炒め ゆず香和え	ご飯 味噌汁 はんぺんチーズフライ 茄子の煮物 スパゲティサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の旨煮 大根の炒め物 ゆず和え	ご飯 清汁 鱈の田楽 冬瓜の炒め物 わさびマヨ和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の土佐煮 南瓜の甘煮 昆布和え	

*都合により献立を変更することがあります。