



献立表



	1/15(月)	1/16(火)	1/17(水)	1/18(木)	1/19(金)	1/20(土)	1/21(日)
朝	米飯 味噌汁(大根・油揚げ) 白菜の煮浸し 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(もやし・葱) ぜんまい煮 牛乳 めんたい風味ソース	米飯 味噌汁(さつま芋・油揚げ) 揚げ茄子の煮浸し 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(玉葱・葱) 卵の花の炒り煮 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(ほうれん草・ブナピー) ひじき煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(じゃが芋・舞茸) 鶏肉のすき煮 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(白菜・油揚げ) 金平牛蒡 牛乳 鮭ふりかけ
昼	わかめご飯 清汁(花麩・葉大根) 鯖の塩焼き 冬瓜の煮物 野菜サラダ	米飯 コーンスープ 白身魚の香草パン粉焼き ジャーマンポテト ★ピーマンとベーコンのソテー ブロッコリーの辛子マヨ和え	おむすび 具沢山豚汁 オレンジゼリー 【おむすびの日】 炊き出し訓練	米飯 味噌汁(厚揚げ・ほうれん草) 魚のきのこ餡かけ 筍と落の土佐煮 洋梨缶	米飯 清汁(切麩・わかめ) 手作り鱈フライ 蕪の水晶煮 金時豆 ★もやしの和え物	米飯ハーフ 味噌煮込みうどん 野菜コロッケ 温泉玉子	米飯 清汁(大根・三つ葉) 筑前煮 さつま芋の天ぷら みかん
夕	米飯 コンソメスープ チキンピカタ風 キャベツとウインナーの炒め物 いちごババロア	米飯 味噌汁(切麩・わかめ) 鶏肉の生姜焼 切干大根の煮物 りんごムース	米飯 味噌汁(南瓜・しめじ) メバルの唐揚げ 竹輪とピーマンの炒め物 カレー風味ポテトサラダ ★ほうれん草とツナの和え物	米飯 味噌汁(切麩・貝割れ) 鶏肉の治部煮 茄子とツナの炒め物 なます	米飯 味噌汁(小松菜・えのき) 和風麻婆豆腐 ワンタン パインムース	米飯 清汁(厚揚げ・貝割れ) ホキのピリ辛味噌焼き 大根となるとの煮物 もやしのゆかり和え	米飯 わかめスープ かに玉 鶏団子の煮物 青梗菜の中華風和え
おやつ	蒸し饅頭(黒糖)	ソフト餅(きなこor砂糖醤油)	牛乳ケーキ	バウムクーヘン	小麦饅頭	ぼたぼた焼き	ベルギーワッフル

★おむすびの日…1995年に発生した阪神淡路大震災で、ボランティアの炊き出しにより被災者に多くのおむすびが届けられたことから人と人の心をつなぐ「おむすび」の日として震災の起きた1月17日が記念日とされています。

※都合により変更する場合があります
★糖尿病食の方は小鉢が変更になります

