

# 献立表



	1/22(月)	1/23(火)	1/24(水)	1/25(木)	1/26(金)	1/27(土)	1/28(日)
朝	米飯 味噌汁(豆腐・なめこ) さつま芋の煮物 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(白菜・もやし) オクラと湯葉のオカカ和え 牛乳 めんたい風味ソース	米飯 味噌汁(厚揚げ・小松菜) がんもの含め煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(白菜・葉大根) 切干大根の煮付け 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(大根・椎茸) 里芋の含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(小松菜・えのき) 肉じゃが 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(蕪・葉大根) 五目金平 牛乳 鮭ふりかけ
昼	チキンカレー かにコロッケ 海藻サラダ 手作りプリン 	米飯 清汁(冬瓜・しめじ) 焼き肉風 高野豆腐の揚げ煮 オレンジムース	米飯 コンソメスープ 鱈のムニエル ナポリタン 手作りコーヒーゼリー	米飯 味噌汁(玉麩・葱) 鱈の塩麴焼き 厚揚げのオイスター炒め キャベツの和え物	白ロールパン ビーフストロガノフ コーンコロッケ りんご	米飯 清汁(玉麩・三つ葉) 魚の竜田揚げ さつま芋の甘煮 バナナ	米飯 味噌汁(もやし・わかめ) 手作り里芋コロッケ 玉子ロール 黄桃缶
夕	米飯 清汁(大根・葱) 鱈の酒蒸し キャベツと竹輪の味噌炒め もやしの胡麻和え	米飯 清汁(わかめ・三つ葉) ハマチの照焼 小松菜の煮浸し いんげんのおかかマヨ和え	米飯 味噌汁(さつま芋・葱) 豚肉のオイマヨ炒め 青菜と海老の炒め物 白菜のポン酢和え	米飯 コンソメスープ 鶏肉のポテト焼き オムレツ いちごムース 	米飯 味噌汁(豆腐・わかめ) 鯨の梅照焼 角はんぺんのおろし煮 とろろ	米飯 味噌汁(大根・葱) 鶏肉の山賊焼き じゃが芋の白煮 ★白菜の煮物 そら豆のサラダ	菜飯 清汁(切麩・貝割れ) 田楽 きのこの佃煮風 大根とカニカマのサラダ
おやつ	まがりせんべい	吹雪饅頭	チョコワッフル	手作りホットケーキ	牛乳ドーナツ	やわらかおかき(きなこ)	黒糖丸ぼうろ

※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

