

# 献立表



	1/20(月)	1/21(火)	1/22(水)	1/23(木)	1/24(金)	1/25(土)	1/26(日)
朝	米飯 味噌汁(キャベツ・舞茸) がんもの含め煮 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(白菜・油揚げ) 五目金平 牛乳 味付のり	米飯 味噌汁(豆腐・なめこ) さつま芋の煮物 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(ほうれん草・ブナピー) 切干大根の煮付け 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(もやし・椎茸) 里芋の含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(白菜・えのき) 揚げ茄子の煮浸し 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(蕪・葉大根) 筑前煮 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯ハーフ 味噌煮込みうどん 野菜コロッケ 温泉玉子 大寒	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 筑前煮 さつま芋の天ぷら みかん	チキンカレー かにコロッケ 海藻サラダ 手作りプリン カレーの日	米飯 味噌汁(玉葱・えのき) 鶏肉の胡麻ダレ焼き 厚揚げのオイスター炒め 桃缶	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 味噌汁(玉葱・葱) 鱒の塩麴焼き 高野豆腐の揚げ煮 キャベツの梅和え	米飯 味噌汁(もやし・わかめ) 手作り里芋コロッケ 厚焼き玉子 手作り桃ゼリー
夕	米飯 清汁(豆腐・貝割れ) メバルの香味あんかけ 南瓜の煮物 大根とカニカマのサラダ	米飯 わかめスープ かに玉 鶏団子の煮物 青梗菜の中華和え	米飯 清汁(花麴・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(冬瓜・しめじ) ハマチの照焼 小松菜の煮浸し 白菜のゆかり和え	米飯 清汁(豆腐・わかめ) おでん 青菜と海老の炒め物 いんげんのおかかマヨ和え	米飯 コンソメスープ 鶏肉のポテト焼き ペンネのケチャップ炒め いちごムース	菜飯 清汁(切麴・貝割れ) 田楽 きのこの佃煮風 春菊の和え物
おやつ	ぼたぼた焼き	バナナカステラ	今川焼き	2階…チョコアイス 3階…抹茶アイス	ムーンライトクッキー	手作りホットケーキ	やわらかおかき(海老)

カレーといえばインドと思われがちですが、インドにはカレーというメニューはなく、スパイスを使った料理をまとめて「カレー」と呼ぶそうです。普段食べているカレーの発祥はイギリス。カレーのもとになる料理がインドからイギリスに伝わり、アレンジを重ねて、江戸時代の終わりに西洋の文化として日本にカレーが伝わりました。

※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