

令和5年 1月分
献立表

(昼食)



日	曜日	メニュー	おやつ	日	曜日	メニュー	おやつ
1	日	休苑日		17	火	御飯、煮魚、吸物、酢味噌和え、	いちごクレープ
2	月	混ぜ寿司、茶碗蒸し、大根のくず煮、	もみじ饅頭	18	水	ちゃんぽん御飯、餃子、フルーツ杏仁、	野菜生活
3	火	御飯、刺身、雑煮、黒豆、	ミルージュ	19	木	御飯、白身魚のバター醤油焼き、かぶの洋風スープ、スナックエンドウのソテー、	クリームブッセ
4	水	御飯、鶏のおろし玉葱炒め、キャベツのスープ、ツナサラダ、	カスタードケーキ	20	金	御飯、鶏肉と大根の甘酒煮、吸物、ほうれん草のごま和え、★甘酒の日★	カスタードケーキ
5	木	御飯、ホッケのみりん焼き、茶そば汁、白和え、	焼きドーナツ	21	土	牛とじ丼、中華スープ、トマトサラダ、	気になる野菜
6	金	キーマカレー、ゆで卵サラダ、フルーツ杏仁、らっきょう、	飲むヨーグルト	22	日	休苑日	
7	土	七草粥御飯、スズキの塩焼き、豚汁、厚揚げの煮物、	黒糖饅頭	23	月	御飯、すきやき風煮、吸物、浅漬け、	パンケーキ
8	日	休苑日		24	火	御飯、太刀魚の南蛮漬け、中華スープ、オクラのとろろ和え、	みかんジュース
9	月	御飯、南瓜サンドフライ、レタススープ、スパサラダ、	ラブレ	25	水	御飯、塩サバ、れんこんのすり流し汁、甘酢生姜和え、	原宿ドッグ
10	火	めんたいバターチャーハン、あさりスープ御飯、肉団子のケチャップ煮、ヨーグルト、◆明太子の日◆	ストロベリータルト	26	木	チキンカレー御飯、サラダ、フルーツヨーグルト、福神漬、	スイートポテト
11	水	御飯、鯖の柚庵焼き、ちゃんこ汁、ぜんざい、漬物	バームクーヘン	27	金	サンドイッチ、クリームシチュー、甘夏サラダ、	クリームコンフェ
12	木	人参ごはん、メバルの山椒煮、鶏と根菜の味噌汁、オクラのなめ茸和え、◆いいにんじんの日◆	ジョア	28	土	御飯、炒り豆腐、吸物、梅春雨、	ラブレ
13	金	御飯、豚肉のタレ炒め、吸物、だし巻き卵、	もみじ饅頭	29	日	休苑日	
14	土	御飯、鶏と大豆のトマト煮、カリフラワーのポターージュ、スナックエンドウのサラダ、	プリンタルト	30	月	御飯、赤魚の味噌とろろ焼き、茶そば汁、厚揚げの高菜炒め、	りんごジュース
15	日	休苑日		31	火	御飯、サバの漬け焼き、吸物、酢味噌和え、	柚子まんじゅう
16	月	フレンチトースト御飯、ポトフ、サラダ、ヨーグルト、	カエデの実				