

平成30年1月 昼食予定献立表

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
			きのご飯 かき卵汁 魚河岸揚げのおろし煮 ピ-ナッツ和え 黒胡麻プリン	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り煮 里芋の胡麻煮 柚子びたし 抹茶ゼリー	ご飯 味噌汁 八宝菜 焼売 中華風サラダ パインゼリー
8	9	10	11	12	13
牛丼 味噌汁 温泉卵 柚子びたし フルーツ	あんかけ焼きそば かきたま汁 茹で鶏とイグサの香味和え フルーツ杏仁	ご飯 味噌汁 ピーマン肉詰め 金平牛蒡 タラモサラダ みかんゼリー	ご飯 味噌汁 鯖の文化干し じゃが芋とひじきのそぼろ煮 わさび和え おしるこ	ネギトロ丼 吸い物 長芋の含め煮 梅肉和え パインゼリー	ご飯 味噌汁 鶏肉のもろみ焼き 大豆とひじきの炒り煮 ピ-ナッツ和え フルーツ
15	16	17	18	19	20
鮭ごはん のっぺい汁 高野豆腐の煮物 胡麻和え 黒糖豆乳ゼリー	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 ビーフンソテー ほうれん草のナムル みかんの牛乳かん	ご飯 味噌汁 鶏肉のレモンおろし煮 ツナじゃが 芽カブの和え物 人参ゼリー	とろろそば がんもの煮物 クルミ味噌和え 煮りんご	ご飯 味噌汁 白身魚フライカクハリス ひじきの炒り煮 蕪とハムのサラダ デザートバイキング	親子丼 味噌汁 そぼろ煮 煮びたし 黒糖ゼリー
22	23	24	25	26	27
けんちんうどん 南瓜煮 鶏辺和え 苺牛乳かん	ご飯 味噌汁 はんぺんのはさみ揚げ 切昆布の炒り煮 春雨の胡麻酢和え フルーチェ	ご飯 味噌汁 鰯の柚子味噌焼き 里芋煮 酢の物 抹茶ゼリー	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のオニオンマト煮 ひじきの炒り煮 マカロニサラダ コーヒーゼリー	五目寿司 吸い物 煮物（ベジのすけ） 胡瓜としめじの和え物 栗ぜんざい	ご飯 味噌汁 秋刀魚のみぞれあんかけ そぼろ煮 クルミ和え ゼリー
29	30	31			
ご飯 味噌汁 酢豚 さつま芋のレモン煮 辛子和え フルーツ	混ぜご飯 かき卵汁 魚河岸揚げのおろし煮 胡麻味噌和え 黒糖ゼリー	ご飯 中華スープ 牛肉の焼き肉 カニ風味あんかけ みぞれあえ フルーツ			

*食材の都合によりメニューを変更させていただきますので、ご了承ください。

