

1月 月間献立表

神明園

				1日	2日	3日
				御飯 肉団子の和風煮 漬物（赤かっぱ） はんぺんと菜の花の味噌汁	御飯 ハムと野菜の炒め物 昆布豆 椎茸と大根の味噌汁	御飯 ちくわ炒め煮 納豆 ごぼうと玉ねぎの味噌汁
				おせち料理 御飯/牛肉のしくれ煮 数の子/鮭の幽庵焼 かまぼこ/栗きんとん 紅白なます/炊き合わせ 練りきり/昆布巻/雑煮	御飯 天ぷら盛りあわせ 炊き合わせ フルーツ（カクテル缶） 雑煮	太巻いきなり 鶏大根 ほうれん草のお浸し フルーツ（パイン缶） 雑煮
				御飯 メバルの煮付け 菜の花の和え物 フルーツ（黄桃缶） キャベツとしめじの味噌汁	御飯 豚肉の柚子こしょう炒め 揚げだし豆腐 フルーツ（洋なし缶） 卵とわかめの味噌汁	御飯 サゴシの揚げ煮 カレー味ビーフン フルーツ（みかん缶） さつま芋ともやしの味噌汁
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
食パン ブラウンシチュー フルーツ（洋なし缶） オレンジジュース	御飯 がんも煮 うずら豆 じゃが芋とキャベツの味噌汁	食パン 魚肉ソーセージソテー フルーツ（ブルー） 牛乳	七草粥 ツナと野菜のさっと煮 のり佃煮 もやしと油揚げの味噌汁	食パン ほうれん草のミルクスープ フルーツ（パイン缶） りんごジュース	御飯 じゃが芋金平 漬物（青かっぱ） 白菜としめじの味噌汁	食パン キャベツソテー フルーツ（バナナ） 牛乳
御飯 ①豚肉のカレー風味ソテー ②メバルの竜田揚げ わかめサラダ ヨーグルト（ブルーベリーソース） 庄内麩とねぎの清まし汁	御飯 ①鶏の唐揚げ ②エビと野菜の炒め物 切干大根の煮物 フルーツ（パイン缶） わかめスープ	御飯 ①鶏肉のチーズ焼き ②サバの生姜焼き 彩りサラダ フルーツ（みかん缶） 味噌汁	御飯 白身フライ～タルタルソース～ 大豆五目煮 フルーツ（黄桃缶） 冬瓜と椎茸の味噌汁	御飯 吉野煮 いんげんのマヨネーズかけ フルーツ（カクテル缶） はんぺんと菜の花の味噌汁	醤油ラーメン 焼売 豆乳プリン～黒蜜添え～	*お楽しみメニュー*
御飯 あさりの柳川風煮 いんげんのなめ茸和え フルーツ（黄桃缶） ほうれん草と豆腐の味噌汁	御飯 豆腐の肉野菜あんかけ もやしささみ和え リンゴムース かぼちゃと玉ねぎの味噌汁	ホイコーロー丼 春雨の酢の物 フルーツ（カクテル缶） 卵の中華スープ	御飯 豚肉の白湯炒め 煮奴 フルーツ（パイン缶） 大根と大根葉の味噌汁	御飯 鯖の西京焼 切干大根の煮物 フルーツ（みかん缶） 豆腐と絹さやの清まし汁	御飯 鶏の味噌漬焼 もやしのボン酢和え フルーツ（洋なし缶） 卵とねぎの清まし汁	菜めし 豚肉のけずりかつお炒め チンゲン菜の生姜和え ニラと豆腐の味噌汁
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
御飯 炒り卵 漬物（赤かっぱ） ごぼうともやしの味噌汁	食パン 魚肉ソーセージソテー フルーツ（パイン缶） 牛乳	御飯 さつま揚げの煮物 漬物（ごま昆布） じゃが芋とキャベツの味噌汁	食パン スクランブルエッグ フルーツ（ブルー） 牛乳	御飯 ミートボール煮 ふりかけ（のりかつお） はんぺんとオクラの味噌汁	食パン ジャーマンポテト フルーツ（パイン缶） 牛乳	御飯 ちくわ炒め煮 漬物（青かっぱ） もやしと油揚げの味噌汁
御飯 ①鶏肉のみりん醤油漬焼 ②タラの無蒸し ひじきの煮物 フルーツ（みかん缶） あさりと大根葉の清まし汁	御飯 ①バジルチキン ②カレイのマスタード焼き 大豆とベーコンの洋風煮 ヨーグルト（ストロベリーソース） 玉葱とコーンのコンソメスープ	御飯 ①ホキの和風煮 ②酢豚風肉団子 ツナマヨ和え フルーツ（みかん缶） 卵とかわいれの味噌汁	天丼 ひじきの煮物 フルーツ（キウイ） 大根とかわいれの味噌汁	あずき粥 焼き鮭 白菜おかかかえ フルーツ（洋なし缶） ほうれん草と小町麩の味噌汁	豚みぞれうどん ちくわの磯辺揚げ 水ようかん	サンドイッチ ポパイソテー コーヒーゼリー クラムチャウダー
御飯 豚肉の生姜焼き おくらの梅肉かけ ミルクムース 大根と油揚げの味噌汁	御飯 豆腐ハンバーグ 切干大根のサラダ フルーツ（黄桃缶） かぼちゃともやしの味噌汁	ゆかり御飯 鶏肉の照り焼き 揚げだし豆腐 わかめと大根の清まし汁	御飯 豚肉の塩たれ炒め ピーマンの当座煮 フルーツ（カクテル缶） しめじと白菜の味噌汁	御飯 さばの南蛮漬け かに風味サラダ フルーツ（黄桃缶） 豆腐とわかめの味噌汁	御飯 鶏肉の柚子こしょう焼き 花野菜サラダ フルーツ（みかん缶） 椎茸と大根葉の味噌汁	麻婆豆腐丼 ナムル フルーツ（パイン缶） わかめスープ
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
食パン ブラウンシチュー フルーツ（バナナ） オレンジジュース	御飯 キャベツの煮物 納豆 大根と大根葉の味噌汁	食パン スクランブルエッグ フルーツ（黄桃缶） 牛乳	御飯 がんも煮 うぐいす豆 ニラともやしの味噌汁	食パン 魚肉ソーセージのスープ フルーツ（黄桃缶） 牛乳	御飯 ミートボール煮 ふりかけ（おかか） 油揚げと白菜の味噌汁	食パン クリームシチュー フルーツ（バナナ） ピーチジュース
御飯 ①ホキのムニエルタルタルソース ②トマトソースハンバーグ イタリアンサラダ ヨーグルト（ブルーベリーソース） ベーコンのコンソメスープ	御飯 ①鶏肉の味噌焼 ②アジの竜田揚げ さつま芋のレモン煮 フルーツ（カクテル缶） そうめんと絹さやの清まし汁	御飯 ①青椒肉絲 ②エビのチリソース チンゲン菜のソテー フルーツ（みかん缶） ふんわり卵の中華スープ	豚ピリ辛丼 春雨ソテー フルーツミックスゼリー コーンと玉ねぎのコンソメスープ	チキンカレー キャベツ粒マスタード和え パパロア風（ストロベリー） ウインナーのコンソメスープ	御飯 牛肉のオイスター炒め ほうれん草の胡麻和え フルーツ（みかん缶） 卵とねぎの味噌汁	山菜おろしそば かしわ天 フルーツ（黄桃缶）
御飯 豚肉と生揚げの煮物 ほうれん草なめ茸和え フルーツ（洋なし缶） 白菜と椎茸の味噌汁	御飯 中華風ふり大根 ごぼうサラダ いちごムース 庄内麩とほうれん草の清まし汁	御飯 ポークビーンズ イタリアンサラダ フルーツ（パイン缶） ベーコンのコンソメスープ	御飯 サゴシの揚げ煮 キャベツ粒マスタード和え フルーツ（洋なし缶） さつま芋とねぎの味噌汁	御飯 千草焼 チンゲン菜の煮浸し フルーツ（パイン缶） 大根とごぼうの味噌汁	御飯 サバの塩焼き 切干大根の煮物 フルーツ（カクテル缶） 豆腐とわかめの味噌汁	御飯 鶏肉のマスタード焼き 南瓜の含め煮 フルーツ（洋なし缶） 小町麩ととろろ昆布の清まし汁
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
御飯 野菜とツナの炒め物 昆布豆 わかめともやしの味噌汁	食パン ポトフ風スープ フルーツ（黄桃缶） 牛乳	御飯 はんぺんの卵とじ 納豆 キャベツとじゃが芋の味噌汁	食パン ミートボールミルク煮 フルーツ（パイン缶） りんごジュース	御飯 さつま揚げの煮物 ふりかけ（ごまひじき） はんぺんと玉ねぎの味噌汁	食パン コーンチャウダー フルーツ（カクテル缶） オレンジジュース	御飯 キャベツの炒め物 うぐいす豆 玉葱と油揚げの味噌汁
御飯 ①豚キムチ炒め ②エビカツ 大根金平 フルーツ（パイン缶） 冬瓜と油揚げの味噌汁	御飯 ①鶏肉の旨煮 ②鮭のもみじ焼き オクラの梅しそ和え フルーツ（洋なし缶） 大根とかわいれの味噌汁	御飯 ①サワラのカレーマヨ焼き ②和風ハンバーグ 小松菜のおかか和え ミルクムース 白玉麩とほうれん草の清まし汁	太巻き寿司 茶碗蒸し ごま豆腐 赤だしの味噌汁	高菜チャーハン 棒々鶏風 りんごのコンポート コーンとチンゲン菜の中華スープ	焼きそば 蒸し餃子 フルーツミックスゼリー	御飯 鶏肉のトマトソース じゃがいもの青海苔バター フルーツ（黄桃缶） 卵とわかめの味噌汁
御飯 親子煮 白菜のお浸し フルーツ（みかん缶） ごぼうとニラの味噌汁	菜めし 豚肉のけずりかつお炒め いんげんのピーナツ和え かきたま汁	御飯 家常豆腐 人参しりしり風炒め 漬物（さくら漬） さつま芋ともやしの味噌汁	わかめ御飯 あじフライ 高野豆腐と里芋の煮物 大根と油揚げの味噌汁	御飯 ブリの照り焼き 大根サラダ フルーツ（みかん缶） 白菜と椎茸の味噌汁	御飯 肉豆腐チャンプルー チンゲン菜のなめ茸和え フルーツ（洋なし缶） かぼちゃともやしの味噌汁	御飯 豚肉の白胡麻炒め 菜の花のわさびマヨ和え フルーツ（パイン缶） 豆腐と大根葉の味噌汁