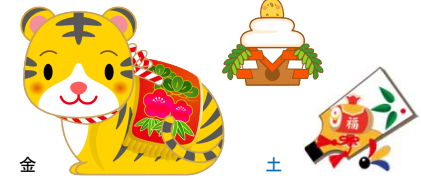




1月の献立予定表



日	月	火	水	木	金	土	
		お正月 お願 甲子年 よう めい ま		あ け び ら し め し な い し			
2	3	4	5	6	7	8	
年末年始 休業	生姜ごはん 豚バラ大根 マカロニサラダ 具沢山味噌汁 フルーツ/漬物	五目ごはん スパニッシュオムレツ 酢の物 すいとん フルーツ/漬物	タラのムニエル ぜんまいの煮物 お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	おにぎり 肉豆腐 胡麻和え 素麺汁 フルーツ/漬物	焼魚(鮭) 高野豆腐の煮物 和え物 ご飯・七草粥/味噌汁 フルーツ/漬物	チキンカツ じゃが芋の味噌煮 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	
	9	10	11	12	13	14	
煮魚(カレイ) 肉じゃが ツナの和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	～ 新年会 ～ お楽しみ御膳						
16	17	18	19	20	21	22	
～ 新年会 ～ お楽しみ御膳	ハンバーグ ひじきの煮物 コールスローサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	焼魚(ホッケ) 白菜の煮物 ポテトサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	鶏唐 ひろふき大根 しらす和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	鰯のみぞれ煮 人參シリシリ ほうれん草のお浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	ミートボール すき昆布の煮物 南瓜サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	煮魚(赤魚) 白菜の卵とじ きのこのマリネ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	
23	24	25	26	27	28	29	
焼き肉 厚揚げの煮浸し 大根なます ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	赤魚の唐揚げ ほうれん草とコーンの炒め物 お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	トンカツ きんぴら カニ風味サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	プリの照り焼き 厚揚げの煮物 ブロッコリーのサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	鶏のマーマーレド焼き 切り干し大根 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	煮魚(ホッケ) キャベツの卵炒め 生姜和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	豚肉と白菜の重ね煮 がんもの煮浸し ツナサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	
30	31					<p>◎食べられない食材がある場合は、 お気軽にお申し付けください。 ※メニューは変更になる場合がございます。</p>	
三食丼 竹輪の磯部揚げ マカロニサラダ 味噌汁 フルーツ/漬物	すき焼き風煮 きのこのソテー たまごサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物						