

2023

サービス街なか

1月の献立予定表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
お休み	お休み	鯖のみぞれ煮 煮物 ポテトサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	きのこごはん 生揚げのそぼろ煮 しらす和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	さつま芋ごはん すき昆布の煮物 スパサラ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	生姜ごはん じゃが芋のあんかけ煮 和え物 豚汁 フルーツ/漬物	煮魚(カレイ) 油揚げと白菜の煮物 酢の物 ご飯・七草粥/味噌汁 フルーツ/漬物
8	9	10	11	12	13	14
魚のフライ 南瓜の煮物 マカロニサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	豚肉の味噌焼き ふろふき大根 お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	チキンピカタ 根菜煮 お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	焼魚(ホッケ) 人参シリシリ ブロッコリーサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	カレーライス 切り干し大根 サラダ スープ フルーツ/漬物	煮魚 ジャーマンポテト 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	豚肉の唐揚げ 大根とがんもの煮物 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
15	16	17	18	19	20	21

新年会行事 ~ お楽しみ御膳 ~

22	23	24	25	26	27	28
鯖の味噌煮 コーンと長芋の磯部焼 しめじと小松菜の和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	きのこごはん 肉じゃが 酢の物 具沢山味噌汁 フルーツ/漬物	焼魚(赤魚粕) 高野豆腐の煮物 野菜サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	鶏の照り焼き ひじきの煮物 きのこ和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	タラの甘酢あん さつま芋のきんぴら 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	ポークピカタ がんもの煮浸し 南瓜のサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	鯖の蒲焼き風 五目卵焼き マカロニサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
29	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。 特に魚の入荷状況が難しくなっており、変更する事があります。</p>			
ひじきごはん 豚肉とキャベツの煮物 中華サラダ 味噌汁 フルーツ/漬物	煮魚 ビーフン さつま芋とリンゴのサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	とり天 白菜と厚揚げの煮物 ナムル 味噌汁 フルーツ/漬物				

