

# 1月献立表

献立は都合により変更することがあります

	日	月	火	水	木	金	土
朝	A定食				朝食セット	1/1	1/2
	B定食						朝食セット
昼					携行食	携行食	携行食
					携行食	携行食	携行食
夕					携行食	携行食	携行食
	1/4	1/5	1/6	1/7	1/8	1/9	1/10
朝	A定食	朝食セット ごはん オムレツとインゲンのソテー れんこん金平 味噌汁（玉・わ） 牛乳・豆乳	ごはん 豚肉のオイスター炒め 納豆 味噌汁（玉・油） 牛乳・豆乳	ごはん 挽肉入りスクランブルエッグ さば塩焼 味噌汁（か・小） 飲むR乳酸菌ヨーグルト	ごはん 塩野菜炒め 温泉卵 味噌汁（キ・し） コーヒー・ミルク・豆乳	ごはん 牛肉・白菜のオイスター炒め 挽き割り納豆 味噌汁（じ・え） 牛乳・豆乳	ごはん じやが芋のカレー炒め 鶏牛蒡 味噌汁（ほ・油） コーヒー・ミルク・豆乳
	B定食			あすきロール 豚肉のオイスター炒め フルーツヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	レーズンパン 挽肉入りスクランブルエッグ バナナ 飲むR乳酸菌ヨーグルト 紅茶・コーヒー	ホットケーキ 塩野菜炒め R1ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	クロワッサンパン 牛肉・白菜のオイスター炒め アロエヨーグルト コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー
昼		携行食 どろろきつねうどん 椎茸の肉詰めフライ フリコリーコンソメ セリー	やきそば 豆腐のサラダ きのこの中華スープ みかん	ポークカレー カレー味 水菜と油揚げのサラダ みかん	台湾ラーメン しそ餃子 やみつきキャベツ いちご	ごはん もち豚味・ケンジンジヤー 温野菜サラダ コンソメスープ オレンジ	ナポリタン ブロッコリーのサラダ コンソメスープ オレンジ
		携行食 ツナの炊き込みごはん おでん 焼きなす	ごはん おろしとんかつ 春菊の白和え 味噌汁	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根のマヨサラダ 味噌汁	牛丼 白菜の酢味噌和え 味噌汁	ごはん 金目鯛の煮付け しめじの梅味サラダ 味噌汁	幕の内弁当
夕		1/11	1/12	1/13	1/14	1/15	1/16
	A定食	朝食セット ごはん アバランチイナーテー 辛子明太子 味噌汁（玉・白） 牛乳・豆乳	ごはん チーズ入りスクランブルエッグ サケ塩焼 味噌汁（キ・わ） コーヒー・ミルク・豆乳	ごはん 和風入りスクランブルエッグ 鶏牛蒡 味噌汁（舞・か） 乳酸菌飲料（Y）	ごはん ほうれん草とイナーテー 納豆 味噌汁（玉・白） 牛乳・豆乳	ごはん 挽肉・野菜炒め 温泉卵 味噌汁（い・油） コーヒー・ミルク・豆乳	ごはん 豚肉のコロッケ炒め れんこん金平 味噌汁（大・小） 牛乳・豆乳
朝	B定食	ロールパン アバランチイナーテー S乳酸菌ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	チーズ入りスクランブルエッグ プリン コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー	あすきロール チーズ入りスクランブルエッグ プリン オレンジ 乳酸菌飲料（Y） 紅茶・コーヒー	レーズンパン 和風入りスクランブルエッグ オレンジ 乳酸菌飲料（Y） 紅茶・コーヒー	クロワッサンパン 和風入りスクランブルエッグ S乳酸菌ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ロールパン 豚肉のコロッケ炒め フルーツヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー
		ごはん 回鍋肉 中華春雨サラダ 生姜と葱のスープ	ごはん チキン南蛮風唐揚げ 切干大根のナムル風 吳汁 ゼリー	ごはん チキン南蛮風唐揚げ 切干大根のナムル風 吳汁 ゼリー	ごはん チキンカレー カレー味 水菜とツナのサラダ オニオンスープ いちご	ちゃんぽん 春巻き きのこのサラダ みかん	ごはん アジアの南蛮漬け 厚揚の肉みそサラダ 味噌汁
夕		携行食	携行食	ごはん 鰯の梅みそ焼 小松菜と生揚げ煮浸し けんちん汁	中華丼 トマトの中華サラダ 春雨スープ	ごはん ハニーマスター・ドチキン セリとコンソメのマヨ和え 味噌汁	ごはん ポークビーンズ キャベツマリネサラダ コンソメスープ
		1/18	1/19	1/20	1/21	1/22	1/23
朝	A定食	ごはん バーコンのコンソメソテー 挽き割り納豆 味噌汁（白・え） コーヒー・ミルク・豆乳	ごはん ほれん草と卵のソテー 辛子明太子 味噌汁（わ・な） 牛乳・豆乳	ごはん 豚肉と野菜炒め 温泉卵 味噌汁（小・油） 乳酸菌飲料（J）	ごはん サク入りスクランブルエッグ さば塩焼 味噌汁（し・玉） 牛乳・豆乳	ごはん ブロッコリーとチキンのマヨソテー 温泉卵 味噌汁（キ・え） 牛乳・豆乳	ごはん ウインナー・キャベツのコンソメソテー 鶏牛蒡 味噌汁（椎・じ） 牛乳・豆乳
	B定食	クロワッサンパン バーコンのコンソメソテー R乳酸菌ヨーグルト コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー	レーズンパン ほれん草と卵のソテー かぼちゃプリン 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ロールパン 豚肉と野菜炒め キウイフルーツ 乳酸菌飲料（J） 紅茶・コーヒー	食パン サク入りスクランブルエッグ 牛乳プリン 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ホットケーキ ブロッコリーとチキンのマヨソテー R乳酸菌ヨーグルト コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー	ホテルパン ほうれん草とコンソメソテー プリン コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー
昼		ごはん タンドリーチキン アバランチ卵のサラダ オニオンスープ	ナシコレン風炒飯 カレー餃子 春雨サラダ エヌシックスープ マンゴーヨーグルト	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ コンソメスープ いちご	ごはん メカジキの油淋鶏風 高野豆腐の胡麻和え 豚汁 みかん	ユッケジャンラビン 焼壳 チョレギサラダ ゼリー	ハクダブ丼 かぼちゃのそぼろ煮 なめこの味噌汁 冷凍ぶどう
		携行食	ごはん 鶏のマーマレード焼き 白菜の梅おかか和え 味噌汁	鶏肉の親子煮丼 たこと胡瓜の酢の物 味噌汁	ごはん 入間豚の生姜焼き 水菜のマヨボン和え 味噌汁	わかめご飯 ムカベイのキノアんかけ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	ごはん ボッサム 豆腐のサラダ トマトと卵のスープ
夕		1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30
	A定食	ごはん 挽肉と野菜のソテー 辛子明太子 味噌汁（な・玉） 牛乳・豆乳	ごはん サク入りロッキーのソテー れんこん金平 味噌汁（ほ・か） 乳酸菌飲料（Y）	ごはん かにま入りスクランブルエッグ 鶏牛蒡 味噌汁（大・舞） 牛乳・豆乳	ごはん ジャーマンポテト 辛子明太子 味噌汁（白・え） 牛乳・豆乳	ごはん チーズ入りスクランブルエッグ サケ塩焼 味噌汁（い・里） 牛乳・豆乳	ごはん 挽肉と野菜のソテー 温泉卵 味噌汁（ほ・じ） 牛乳・豆乳
朝	B定食	あすきロール 挽肉と野菜のソテー フルーツヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	食パン サク入りロッキーのソテー アロエヨーグルト 乳酸菌飲料（Y） 紅茶・コーヒー	クロワッサンパン かにま入りスクランブルエッグ なめらかプリン コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー	レーズンパン ジャーマンポテト R乳酸菌ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ロールパン チーズ入りスクランブルエッグ 牛乳プリン コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー	ホテルパン 挽肉と野菜のソテー かぼちゃプリン 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー
		ごはん 鮭の文化干し きんぴら牛蒡 味噌汁	スマチ丼 白菜のぽん酢和え 具だくさん汁 りんご	ミートスパゲッティー キャベツマリネサラダ 根菜のボトフ風スープ いちご	ごはん 鮭のクリーム煮 ベビーリーフのミサ・サラダ きんかん	豚しゃぶカレー カレー味 レタスと水菜のサラダ フルーツヨーグルト	ごはん 糸こんのチャーチ風炒め 白菜と明太子マヨ和え トマトとレタスのスープ ほんかん
夕		携行食	ごはん 銀鮭の照焼き かぶと胡瓜の梅肉和え 味噌汁 長ネギのマリネ	牛肉の辛克ッパ もやしのさっぱり和え かぼちゃプリン	ごはん えびチリ 棒々鶏サラダ 中華コーンスープ	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ごぼうサラダ 味噌汁	ごはん ヒレかつ ねばねば和え 味噌汁 線キャベツ