献立予定表 2022年 1月

	月	火	水	木	金	土
		4日	5日	6日	7日	8日
ちゅう しよく 食		クリームシチュー コーンソテー パイン缶	高野豆腐のオランダ煮 ブロッコリー にらの味噌汁	かしのじぶ煮 じゃが芋の味噌汁 バナナ	ベーコンポテト 人参といんげんのグラッセ わかめスープ	炒り豆腐 れんこんサラダ 大根の味噌汁
お や つ		さつま芋入りぜんざい	みかんゼリー せんべい	キャベツマフィン	七草がゆ	ライスクッキー(いちご味) クワイ
	10日	11日	☆12日	13日	☆14日	15日
ちゅう しよく 食	成人の日	とり 鶏の塩麹焼き ポテトサラダ わかめと薄揚げの味噌汁	お雑煮風(味噌仕立て) 鱈の照り焼き なます	ほうれん草入りミンチカツ カリフラワーサラダ ジュリエヌスープ	肉豆腐 なすの味噌汁 りんご	五目味噌炒め煮 ブロッコリー きのこのすまし汁
お や つ		みかん せんべい	ブルーベリータルト	かるかん	焼き芋	南瓜マフィン
	☆17日	☆18日	☆19日	20日	☆21日	22日
ちゅう しよく 食	豚肉のうま煮 白菜の味噌汁 みかん	さけ 鮭の塩焼き ひじきの煮つけ 豚汁	かぼちゃ 南瓜の五目あんかけ あらび 粗挽きウインナー うすあ 薄揚げの味噌汁	すふた 酢豚 ブロッコリー 中華スープ	ちくぜんに 筑前煮 豚肉とキャベツともやしの味噌汁 バナナ	さわらの照り焼き ほうれん草のごま和え 豆腐の味噌汁
お や つ	りんごのタルト	じゃこトースト	クワイ せんべい	とうにゅう 豆乳プリン せんべい	とうふ 豆腐のお焼き	クラッカーサンド
	24日	☆25日	☆26日	27日	☆28日	29日
ちゅう しよく 食	豚肉の生姜焼き ミックスサラダ たまねぎ 玉葱とわかめの味噌汁	なかよしグラタン ブロッコリー ミネストローネ	だいずい 大豆入りポークカレー わふう 和風サラダ	とり 鶏もも肉のネギ味噌焼き こまつな 小松菜としらすの和え物 キャベツの味噌汁	カラスカレイのフライ 野菜のソテー カリフラワーのスープ	はっほうさい 八宝菜 焼きシュウマイ わかめスープ
お や つ	いよかん せんべい	米粉あずきソフトクッキー	もものタルト	さつま芋入り豆腐ドーナツ	生パイナップル せんべい	スイートポテト
	31日					
ちゅう しよく 食	しろみずかな 白身魚のピザ焼き こ 粉ふき芋 コーンスープ					
お や つ	りんごのケーキ					

・入荷状況などによりメニューを変更させていただく場合がございます。