

週間献立表

	朝食	昼食	夕食
1月 19日 (日)	ご飯・味噌汁 ハムエッグ かぶとブロッコリーのクリームソース おくらとモロヘイヤのおかか和え パイン缶 牛乳 	ご飯、のっぺい汁 さわら西京焼き 笹かまぼこ 青梗菜と油揚げの煮浸し 	ご飯、味噌汁 豚肉とアスパラの 柚子胡椒炒め 南瓜の含め煮 キャベツの塩昆布和え 
20日 (月)	ご飯、味噌汁 ほっけ塩焼き 切干大根煮 金時豆 みかんヨーグルト 牛乳	きつねそば 巻き寿司 白身魚&サツマイモ天ぷら 白菜の浅漬け カエデの実 	ご飯、味噌汁 豚肉のごま焼き しらたきの炒め煮 ほうれん草ピーナッツ和え
21日 (火)	ご飯・味噌汁 サラダステーキ 切り昆布大豆 菜の花きのこ ぶどう缶 牛乳	赤かぶ青菜ご飯、味噌汁 トラウトサーモン 和風おろしソース 炊き合わせ いかホッキサラダ ケーキ	ご飯、中華スープ 回鍋肉 かに玉 胡瓜とくらげの和え物 
22日 (水)	ご飯・味噌汁 はんぺんチーズ焼き 小松菜の煮浸し インゲン蟹カマ和え 黄桃ヨーグルト 牛乳	焼き鳥丼、味噌汁 里芋田楽 アスパラのマヨ和え バナナ 	ご飯、味噌汁 さば塩焼き ハムカツ かぶの酢の物 
23日 (木)	ご飯・味噌汁 スクランブルエッグ 姫竹とかつお煮 胡瓜の粕漬け マンゴー缶 牛乳	ご飯、味噌汁 鱈ちり鍋 きのこバターソテー れんこんサラダ 	ご飯、味噌汁 豚肉と野菜炒め 京風焼売 もずく酢
24日 (金)	ご飯・味噌汁 あじみりん漬け焼き 蒸し茄子のとろみあんかけ マカロニサラダ アロエヨーグルト 牛乳 	パン、コンソメスープ ロールキャベツの クリーム煮 焼きじゃが	ご飯、味噌汁 そい粕漬け焼き 野菜大豆煮 菜の花柚子風味和え
25日 (土)	ご飯・味噌汁 若鶏ごま照焼き ひじき煮 キャベツのごま和え リンゴ缶 牛乳	ご飯、味噌汁 鮭ちゃんちゃん焼き ごぼうの旨煮 おくらのガーリックマリネ 	ご飯、味噌汁 メンチカツ エビチリソース 小松菜のツナ和え 

仕入の都合により献立の一部を変更する場合があります、ご了承下さい。