

〇〇 献立表 〇〇 [常食]

区分	1月17日(月)	1月18日(火)	1月19日(水)	1月20日(木)	1月21日(金)	1月22日(土)	1月23日(日)
朝食	ご飯	パン	ご飯	ご飯	パン	ご飯	ご飯
	あじ味噌漬焼き	若鶏のトマト煮	里芋とがんもの煮物	野菜炒め	豆乳みそスープ	スクランブルエッグ	さけの塩焼き
	フレンチ和え	ツナサラダ	ゴマドレッシング和え	納豆	ひじきサラダ	ドレッシング和え	ピーナッツ和え
	ふりかけ	牛乳	ふりかけ	みそ汁	牛乳	味付けのり	のり佃煮
	みそ汁		みそ汁	牛乳		みそ汁	みそ汁
	牛乳		牛乳			牛乳	牛乳
昼食	ご飯	ご飯	えびピラフ	ご飯	ご飯	あんかけ焼きそば	ご飯
	チキンクリームシチュー	さばの香味焼き	れんこんの金平	豚肉の生姜炒め	かじき和風ムニエル	シュウマイ	八宝菜
	なめ茸和え	ひじきの煮物	ゆず昆布和え	おでん	おろし酢和え	牛乳寒天 フルーツソース	切干し大根の煮物
	みそ田楽	ゴマドレッシング和え	杏仁豆腐	ほうれん草のごまあえ	わかめスープ		もずく酢
	フルーツ	フルーツヨーグルト		フルーツ	わらび餅風		フルーツ
夕食	五穀ごはん	五穀ごはん	五穀ごはん	麦ごはん	五穀ごはん	五穀ごはん	五穀ごはん
	豆腐と鶏肉の だし醤油かけ	串カツ	むつ照り焼き	豆腐のハンバーグ	鶏肉の南部焼き	白菜の重ね蒸し	鶏肉から揚げ
	生姜和え	めかぶ酢の物	麻婆春雨風	とろろ芋	味噌けんちん煮	にら炒め	かぶあんかけ
	大徳寺なます	和え物	豆腐サラダ	ずいきの煮物	さつま芋サラダ	和え物	ゴマ和え
	みそ汁	けんちん汁	すまし汁	みそ汁	かき玉スープ	みそ汁	みそ汁

